

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens pupillen Mini.

40 Meter.

1. Roland van Zuilen	7.2 s.(7.44ET)	26-09-98	Gouda
2. Christian hogendoorn	7.50 sec.	03-10-2009	Gouda
3. Mitchel Hogendoorn	7.58 sec.	03-10-2010	Gouda
4. Jelle Lugten	7.3 s.(7.54ET)	26-09-98	Gouda
5. Bent Braker	7.72 sec.	03-10-2009	Gouda
6. Peter van Leeuwen	7.5 s.(7.74ET)	25-09-99	Gouda
Thibaut Coenegracht	7.5 sec.	29-09-2001	Gouda
8. Joeri Rommens	7.6 s.(7.84ET)	25-09-99	Gouda
9. Johan Kramp	7.7 s.(7.94ET)	20-05-95	Zoetermeer
Ramon Nieuwenhoff	7.7 sec.	26-09-98	Gouda
Ivo Jehee	7.7 sec.	26-09-98	Gouda
Marciano v.d. Saag	7.7 sec.	29-09-2001	Gouda
Daan van Gasteren	7.7 sec.	02-10-2005	Gouda

400 Meter.

1. Jelle Lugten	1.23.8	26-09-98	Gouda
2. Roland van Zuilen	1.29.3	26-09-98	Gouda
3. Peter van Leeuwen	1.33.1	25-09-99	Gouda
4. Ramon Nieuwenhoff	1.36.0	26-09-98	Gouda
5. Joeri Rommens	1.36.2	25-09-99	Gouda
6. Rens Klein	1.36.4	26-09-98	Gouda
7. Luuk Clausing	1.36.9	25-09-99	Gouda
8. Niels Koster	1.38.4	25-09-99	Gouda
9. Jasper Lustig	1.39.8	25-09-99	Gouda
10.Ivo Jehee	1.40.0	26-09-98	Gouda

600 Meter.

1. Bent Braker	2.23.08	03-10-2009	Gouda
2. Marciano v.d. Saag	2.30.0	29-09-2001	Gouda
3. Mitchel Hogendoorn	2.32.02	12-06-2010	Gouda
4. Thibaut Coenegracht	2.34.4	29-09-2001	Gouda
5. Joris van Veen	2.34.5	29-09-2002	Gouda
6. Tieme Zwanenburg	2.35.0	23-09-2000	Gouda
7. Mischa Groenenboom	2.36.23	03-10-2010	Gouda
8. Matthijs de Vries	2.36.5	27-09-2003	Gouda
9. Aaron Steenbergen	2.36.88	03-10-2009	Gouda
10.Tijn de Pleijt	2.38.41	03-10-2009	Gouda

1000 Meter.

1. Johan Kramp	4.24.5	24-06-95	Schoonhoven
2. Roben Popkema	4.32.1	14-09-96	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens pupillen Mini.

Hoogspringen.

1. Jesse Ceelen	0.80 M.	04-10-2008	Gouda
2. Bas Hovius	0.75 M.	04-10-2008	Gouda
3. Johan Kramp	0.70 M.	20-05-95	Zoetermeer
Stijn de Bakker	0.70 M.	04-10-2008	Gouda

Verspringen.

1. Roland van Zuilen	3.55 M.	26-09-98	Gouda
2. Jelle Lugten	3.05 M.	26-09-98	Gouda
Christian Hogendoorn	3.05 M.	03-10-2009	Gouda
4. Mitchel Hogendoorn	3.04 M.	03-10-2010	Gouda
5. Peter van Leeuwen	2.97 M.	25-09-99	Gouda
6. Joeri Rommens	2.83 M.	25-09-99	Gouda
7. Marciano v.d. Saag	2.82 M.	29-09-2001	Gouda
8. Thibaut Coenegracht	2.80 M.	29-09-2001	Gouda
9. Johan Kramp	2.77 M.	24-09-95	Gouda
Roben Popkema	2.77 M.	24-09-95	Gouda

Kogelstoten.

1. Roben Popkema	5.13 M.	24-09-95	Gouda
2. Bram Popkema	4.85 M.	09-10-99	Gouda
3. Johan Kramp	3.92 M.	20-05-95	Zoetermeer
4. Eric v/d Graaf	3.25 M.	17-04-99	Boskoop

Balwerpen.

1. Ruben Zorge	23.06 M.	29-09-2002	Gouda
2. Thomas Weusten	22.00 M.	28-09-97	Gouda
3. Dennis van Dijk	21.63 M.	27-09-2003	Gouda
4. Bart v.d. Meij	19.47 M.	29-09-2002	Gouda
5. Bent Braker	18.44 M.	03-10-2009	Gouda
6. Hoite Kuiperi	18.25 M.	29-09-2001	Gouda
7. Peter van Leeuwen	18.15 M.	25-09-99	Gouda
8. Jelle Lugten	18.00 M.	26-09-98	Gouda
Rens Klein	18.00 M.	26-09-98	Gouda
10. Jesse Ceelen	17.04 M.	04-10-2008	Gouda

Balstoten.

1. Daan van Gasteren	4.33 M.	02-10-2005	Gouda
2. Mitchel Hogendoorn	3.95 M.	04-09-2010	Zoetermeer
2. Mischa Penders	3.14 M.	02-10-2005	Gouda
3. Stijn Visser	3.09 M.	02-10-2005	Gouda
4. Dennis Melkert	3.00 M.	02-10-2005	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens pupillen C.

40 Meter.

1. Roland van Zuilen	6.7 s.(6.94ET)	25-09-99	Gouda
Daan van Gaasteren	6.7 sec.	08-10-2006	Gouda
Christian Hogendoorn	6.94 sec.	03-10-2010	Gouda
4. Jelle Lugten	6.8 s.(7.04ET)	25-09-99	Gouda
5. Peter van Leeuwen	6.9 s.(7.14ET)	23-09-2000	Gouda
6. Bent Braker	7.15 sec.	03-10-2010	Gouda
7. Tjalle Boorsma	7.0 s.(7.24ET)	18-09-93	Zoetermeer
Mike v. Pruissen	7.0 sec.	17-06-95	Zoetermeer
Gert-Jan Prinsen	7.0 sec.	11-09-99	Zoetermeer
Reinier Blik	7.0 sec.	25-09-99	Gouda
Oskar de Jonge	7.0 sec.	02-10-2005	Gouda

600 Meter.

1. Roland van Zuilen	2.04.3	25-09-99	Gouda
2. Tim Dekker	2.05.3	29-09-2001	Gouda
3. Jelle Lugten	2.07.4	25-09-99	Gouda
4. Ruben Koning	2.11.38	03-10-2009	Gouda
5. Koert van Oosten	2.11.41	03-10-2010	Gouda
6. Bent Braker	2.12.41	12-09-2010	Heerhugowaard
7. Koen Dorsman	2.13.2	29-09-2002	Gouda
8. Gert-Jan Prinsen	2.13.6	09-10-99	Gouda
9. Emiel Jong	2.15.5	26-09-98	Gouda
10. Peter van Leeuwen	2.16.1	08-04-2000	Zoetermeer

1000 Meter.

1. Tjalle Boorsma	3.45.8	25-09-93	Gouda
2. Henne Hennis	4.12.1	13-09-97	Schoonhoven
3. Pim Jehee	4.12.4	13-09-96	Gouda
4. Bart Klein	4.12.7	13-09-96	Gouda
5. Robbert Schouten	4.13.6	24-09-95	Gouda
6. Ronald Bakhuizen	4.15.0	25-09-93	Gouda
7. Roben Popkema	4.19.0	28-09-97	Gouda
8. Arno Wesseling	4.19.3	25-09-93	Gouda
9. Johan Kramp	4.25.1	13-09-96	Gouda
10. Frank v. Meeuwen	4.26.4	24-09-95	Gouda
Wijnand Boers	4.26.4	13-09-97	Schoonhoven

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens pupillen C.

Hoogspringen.

1. Tim Dekker	1.05 M.	08-09-2001	Zoetermeer
Bent Braker	1.05 M.	03-10-2010	Gouda
3. Jeroen Brouwers	1.00 M.	22-05-78	Gouda
Roland van Zuilen	1.00 M.	11-09-99	Zoetermeer
Peter van Leeuwen	1.00 M.	13-05-2000	Schoonhoven
Thibout Coenegracht	1.00 M.	14-09-2002	Alphen a/d Rijn
Stein Nobel	1.00 M.	15-05-2004	Reeuwijk
Ruben Koning	1.00 M.	03-10-2009	Gouda
Jesse Ceelen	1.00 M.	03-10-2009	Gouda
Christian Hogendoorn	1.00 M.	03-10-2010	Gouda

Verspringen.

1. Freek Radder	3.80 M.	13-09-96	Gouda
2. Roland van Zuilen	3.79 M.	25-09-99	Gouda
3. Peter van Leeuwen	3.65 M.	23-09-2000	Gouda
4. Tjalle Boorsma	3.50 M.	18-09-93	Zoetermeer
5. Tim Dekker	3.48 M.	29-09-2001	Gouda
6. Koen Dorsman	3.34 M.	29-09-2002	Gouda
7. Jelle Lugten	3.33 M.	25-09-99	Gouda
Daan van Gaasteren	3.33 M.	24-06-2006	Gouda
9. Chistian Hogendoorn	3.32 M.	05-06-2010	Zierikzee
10. Reinier Blik	3.29 M.	25-09-99	Gouda
Dennis van Dijk	3.29 M.	03-10-2004	Gouda

Balwerpen.

1. Kees Buitendijk	34.01 M.	23-09-2000	Gouda
2. Roland van Zuilen	32.26 M.	09-10-99	Gouda
3. Jesse Ceelen	30.35 M.	03-10-2009	Gouda
4. Gert-Jan Prinsen	29.01 M.	09-10-99	Gouda
5. Tomas Buitendijk	28.09 M.	29-09-2002	Gouda
6. Dennis van Dijk	28.06 M.	15-05-2004	Reeuwijk
7. Jeroen v.d. List	27.00 M.	13-04-97	Gouda
Thomas Weusten	27.00 M.	26-09-98	Gouda
9. Peter van Leeuwen	26.78 M.	24-06-2000	Gorinchem
10. Koen Dorsman	25.88 M.	29-09-2002	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens pupillen C.

Kogelstoten.

1. Roland van Zuilen	8.22 M.	11-09-99	Zoetermeer
2. Jeroen v.d. List	7.88 M.	13-09-97	Reeuwijk
3. Chris Ribbens	7.43 M.	12-09-98	Alphen a/d Rijn
4. Henne Hennis	7.05 M.	13-09-97	Gouda
5. Kees Buitendijk	6.81 M.	01-04-2000	Gouda
6. Jelle Lugten	6.78 M.	11-09-99	Zoetermeer
7. Tjalle Boorsma	6.50 M.	18-09-93	Zoetermeer
8. Mike v. Pruissen	6.35 M.	24-09-95	Gouda
9. Ronald Bakhuizen	6.20 M.	25-09-93	Gouda
10. Chiel Niks	6.16 M.	12-09-98	Alphen a/d Rijn

Balstoten.

1. David Zorge	5.56 M.	30-03-2008	Gouda
2. Bent Braker	5.21 M.	12-06-2010	Gouda
3. Daan van Gaasteren	5.17 M.	08-04-2006	Schoonhoven
4. Jens Blom	4.86 M.	11-06-2005	Gouda
5. Michael Peijper	4.49 M.	17-04-2010	Reeuwijk
6. Ruben Loef	4.40 M.	02-10-2005	Gouda
7. Oskar de Jonge	4.37 M.	02-10-2005	Gouda
8. Christian Hogendoorn	4.36 M.	17-04-2010	Reeuwijk
9. Ivo v.d. Pasch	4.28 M.	12-04-2008	Reeuwijk
Koert van Oosten	4.28 M.	12-06-2010	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens pupillen B.

40 Meter.

1. Roben Popkema	6.3 s.(6.54ET)	26-09-98	Gouda
2. Lars v. Everdink	6.63 sec.	08-06-96	Reeuwijk
3. Daan van Gasteren	6.4 s.(6.64ET)	14-04-2007	Schoonhoven
4. Tjalle Boorsma	6.5 s.(6.74ET)	24-09-94	Gouda
Roland van Zuilen	6.5 sec.	23-09-2000	Gouda
Tim Dekker	6.5 sec.	15-06-2002	Zoetermeer
7. Ruben de Koning	6.83 sec.	03-10-2010	Gouda
8. Peter van Leeuwen	6.6 s.(6.84ET)	23-06-2001	Gouda
9. Miguèl v. Schoonhoven	6.7 s.(6.94ET)	01-09-79	Woerden
Hugo v.d. Heide	6.7 sec.	25-09-93	Gouda
Wouter v/d Graaf	6.7 sec.	25-09-99	Gouda
Kees Buitendijk	6.7 sec.	23-06-2001	Gouda

1000 Meter.

1. Tjalle Boorsma	3.26.1	24-09-94	Gouda
2. Ivo Boon	3.30.3	27-06-92	Gouda
3. Jelle Lugten	3.32.8	23-09-2000	Gouda
4. Manuel v. Schoonhoven	3.33.5	16-09-84	Utrecht
5. Roland van Zuilen	3.35.7	23-09-2000	Gouda
6. Miguèl v. Schoonhoven	3.36.0	01-09-79	Woerden
7. Michou v. Vliet	3.36.2	05-10-85	Gouda
8. Raymond Wijsman	3.36.4	13-09-96	Gouda
9. Tim Dekker	3.36.5	15-06-2002	Zoetermeer
10. Ruben de Koning	3.37.75	03-10-2010	Gouda

Hoogspringen.

1. Ruben de Koning	1.25 M.	09-10-2010	Alphen a.d Rijn
2. Miguèl v. Schoonhoven	1.15 M.	10-09-79	Gouda
Tim Dekker	1.15 M.	29-09-2002	Gouda
4. Marcel Palm	1.10 M.	1976	
Gert Jan Prinsen	1.10 M.	06-05-2000	Barendrecht
6. Nils Rietveld	1.05 M.	16-09-89	Gouda
Brendan Troost	1.05 M.	18-09-93	Zoetermeer
Stijn v.d. Heijden	1.05 M.	18-09-93	Zoetermeer
Roland van Zuilen	1.05 M.	08-04-2000	Zoetermeer
Thibout Coenegracht	1.05 M.	30-08-2003	Gouda
Dennis van Dijk	1.05 M.	11-06-2005	Gouda
Joost van Zutphen	1.05 M.	01-04-2007	Gouda
Daan van Gasteren	1.05 M.	14-04-2007	Schoonhoven
Pepijn Planteijdt	1.05 M.	05-04-2009	Gouda
Beau van Koert	1.05 M.	05-04-2009	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens pupillen B.

Verspringen.

1. Roland van Zuilen	4.25 M.	23-09-2000	Gouda
2. Tim Dekker	4.05 M.	15-06-2002	Zoetermeer
3. Hugo v.d. Heide	3.85 M.	25-09-93	Gouda
Daan van Gasteren	3.85 M.	06-10-2007	Gouda
5. Jordi v.d. heij	3.84 M.	17-04-94	Gouda
Tjalle Boorsma	3.84 M.	17-04-94	Gouda
7. Ruben de Koning	3.81 M.	03-10-2010	Gouda
8. Wouter v/d Graaf	3.78 M.	25-09-99	Gouda
9. Jelle Lugten	3.77 M.	23-09-2000	Gouda
10. Peter van Leeuwen	3.74 M.	29-09-2001	Gouda

Balwerpen.

1. Manuel v. Schoonhoven	35.00 M.	28-04-84	Schoonhoven
2. Thomas Weusten	33.39 M.	25-09-99	Gouda
3. Dennis van Dijk	31.77 M.	11-06-2005	Gouda
4. Roland van Zuilen	31.76 M.	01-04-2000	Gouda
5. Jeroen v.d. List	31.00 M.	12-09-98	Alphen /ad Rijn
6. Checco Bresser	30.50 M.	16-09-89	Gouda
7. Kees Buitendijk	30.21 M.	23-06-2001	Gouda
8. Jesse Ceelen	29.57 M.	17-04-2010	Reeuwijk
9. Jeroen Heeren	29.45 M.	25-09-99	Gouda
10. Tim Dekker	28.55 M.	13-07-2002	Reeuwijk

Kogelstoten.

1. Roland van Zuilen	8.18 M.	24-06-2000	Gorinchem
2. Ruben de Koning	6.60 M.	05-06-2010	Zierikzee
3. Manuel v. Schoonhoven	6.50 M.	25-08-84	Reeuwijk
Tjalle Boorsma	6.50 M.	18-09-93	Zoetermeer
5. Marcel Palm	6.43 M.	1976	
6. Tim Dekker	6.40 M.	15-06-2002	Zoetermeer
7. Michou v. Vliet	6.37 M.	05-10-85	Gouda
8. Wesley ten Cate	6.30 M.	13-09-97	Reeuwijk
9. Jelle Lugten	6.27 M.	23-09-2000	Gouda
10. Mark de Rooij	6.22 M.	23-09-2000	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens pupillen A.

60 Meter.

1. Tim Dekker	8.5 s.(8.74ET)	30-08-2004	Zoetermeer
2. Marc de Groot	8.7 s.(8.94ET)	25-09-82	Den Haag
Vincent Hodzelmans	8.7 sec.	21-05-83	Leiden
Reinier Blik	8.7 sec.	15-06-2002	Zoetermeer
5. Daan van Gasteren	8.95 sec.	03-10-2009	Gouda
6. Roland van Zuilen	8.8 s.(9.04ET)	29-09-2001	Gouda
7. Oskar Oostdam	9.11 sec.	09-05-2009	Schoonhoven
8. Erik Verdouw	8.9 s.(9.14ET)	1977	
Miguèl v. Schoonhoven	8.9 sec.	03-10-81	Gorinchem
Nils Rietveld	8.9 sec.	14-09-91	Alphen a/d Rijn
Ben de Jong	8.9 sec.	25-09-99	Gouda
Roben Popkema	8.9 sec.	23-09-2000	Gouda

1000 Meter.

1. Vincent Hodzelmans	3.10.5	09-07-83	Alphen a/d Rijn
2. Miguèl v. Schoonhoven	3.13.2	12-09-81	Boskoop
3. Tjalle Boorsma	3.21.0	20-05-95	Zoetermeer
4. Tim Dekker	3.21.1	17-04-2004	Zoetermeer
5. Manuel v. Schoonhoven	3.21.8	04-10-86	Alphen a/d Rijn
6. Michou v. Vliet	3.24.6	04-10-86	Alphen a/d Rijn
7. Krijn Dietz	3.25.1	10-06-89	Alphen a/d Rijn
8. Jelle Lugten	3.25.3	29-09-2001	Gouda
9. Erik v. Halem	3.25.8	11-05-96	Schoonhoven
10.Pim Jehee	3.26.8	25-09-99	Gouda

Verspringen.

1. Daan van Gasteren	4.50 M.	03-10-2009	Gouda
2. Vincent Hodzelmans	4.39 M.	09-07-83	Alphen a/d Rijn
3. Martijn Delissen	4.37 M.	23-05-87	Alphen a/d Rijn
4. Reinier Blik	4.34 M.	15-06-2002	Zoetermeer
5. Laurens v. Putten	4.31 M.	30-09-89	Gouda
6. Tim Dekker	4.27 M.	28-08-2004	Alphen a/d Rijn
7. Miguèl v. Schoonhoven	4.23 M.	12-09-81	Boskoop
Jelle Lugten	4.23 M.	15-06-2002	Zoetermeer
9. Brendan Troost	4.21 M.	24-09-95	Gouda
10.Timo v.d. Niet	4.20 M.	10-06-89	Alphen a/d Rijn

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens pupillen A.

Hoogspringen.

1. Miguèl v. Schoonhoven	1.35 M.	13-09-81	Utrecht
Roland van Zuilen	1.35 M.	13-04-2002	Schoonhoven
3. Tim Dekker	1.31 M.	05-06-2004	Oud-Beijerland
4. Marcel Palm	1.25 M.	26-08-79	Boskoop
Vincent Hodzelmans	1.25 M.	18-06-83	Schoonhoven
Manuel v. Schoonhoven	1.25 M.	20-09-86	Boskoop
Peter Heeringa	1.25 M.	29-08-87	Reeuwijk
Martijn Delissen	1.25 M.	02-06-87	Schoonhoven
Sander Pronk	1.25 M.	15-08-87	Reeuwijk
Wouter Bolsterlee	1.25 M.	26-06-94	Schoonhoven
Twan Koolen	1.25 M.	28-06-97	Schoonhoven
Mike van Pruissen	1.25 M.	26-09-98	Gouda
Jelle Lugten	1.25 M.	12-05-2001	Alphen a/d Rijn
Reinier Blik	1.25 M.	13-04-2002	Schoonhoven
Alex van Hasselt	1.25 M.	03-10-2004	Gouda
Koen Dorsman	1.25 M.	10-04-2005	Gouda
Daan van Gasteren	1.25 M.	05-04-2009	Gouda

Balwerpen.

1. Frank Broer	41.00 M.	1974	
2. Miguèl v. Schoonhoven	38.00 M.	03-10-81	Gorinchem
3. Manuel v. Schoonhoven	37.50 M.	20-09-86	Boskoop
4. Paul v.d. Heuvel	37.00 M.	02-05-87	Schoonhoven
5. Jelle Lugten	35.69 M.	13-07-2002	Reeuwijk
6. Dennis van Dijk	35.56 M.	13-05-2006	Reeuwijk
7. Roland van Zuilen	35.18 M.	13-07-2002	Reeuwijk
8. Peter Paul Houtman	35.00 M.	27-04-91	Reeuwijk
9. Henne Hennis	34.93 M.	23-09-2000	Gouda
10. Chris Ribbens	34.76 M.	21-04-2001	Boskoop

Kogelstoten.

1. Paul v.d. Heuvel	9.86 M.	26-09-87	Gouda
2. Dave de Jong	9.82 M.	03-10-2010	Gouda
3. Roland van Zuilen	9.69 M.	14-09-2002	Alphen a/d Rijn
4. Tim Dekker	9.33 M.	28-08-2004	Alphen a/d Rijn
5. Ben de Jong	9.30 M.	09-10-99	Gouda
6. Peter Paul Houtman	9.24 M.	28-09-91	Gouda
7. Manuel v. Schoonhoven	9.12 M.	27-09-86	Gouda
8. Martijn Delissen	8.99 M.	12-09-87	Gouda
9. Frank Broer	8.78 M.	1974	
10. Erik Verdouw	8.74 M.	1977	

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens D.

60 Meter.

1. Guiliquame v.d. Bogaerde	8.2 sec.	05-07-64	Rotterdam
2. Frans Rath	8.4 sec.	1968	
3. Andries Groenewoud	8.5 sec.	1958	
Leo Hogenelst	8.5 sec.	1957	
5. Hans Vermeulen	8.6 sec.	1963	

80 Meter.

1. Nils Rietveld	10.0 s.(10.24ET)	19-09-93	Amsterdam
2. Ben de Jong	10.1 s.(10.34ET)	29-09-2001	Gouda
3. Jorrit v.d. Wiel	10.3 s.(10.54ET)	29-09-2001	Gouda
4. Rowdy Huizer	10.5 s.(10.74ET)	24-05-86	Gorinchem
Pascal Anker	10.5 sec.	10-09-88	Leiden
Wim Schuling	10.5 sec.	17-06-89	Gouda
7. Marc de Groot	10.6 s.(10.84ET)	11-06-84	Utrecht
Irving Schenkers	10.6 sec.	06-05-89	Leiden
Marten Reijnen	10.6 sec.	23-09-2000	Gouda
Mark de Rooy	10.6 sec.	11-06-2004	Boskoop
Tim Dekker	10.6 sec.	07-04-2006	Waddinxveen

600 Meter.

1. Tim Dekker	1.53.2	10-04-2005	Gouda
2. Jan Willem Krone	1.56.0	1968	
3. Frans Rath	1.56.4	1969	
4. Piet Jansen	1.56.5	1967	
5. Koen Dorsman	1.57.4	02-04-2006	Gouda
6. Piet Ernst	1.57.8	1967	
7. Nick Kokje	1.58.0	10-04-2005	Gouda
8. Frank Maranus	1.58.6	10-04-2005	Gouda
9. Matthijs Reekers	1.58.7	10-04-2005	Gouda
10. Tim de Frankrijker	1.59.61	30-03-2008	Gouda

800 Meter.

1. Wilco de Vries	2.28.0	27-09-75	Schoonhoven
-------------------	--------	----------	-------------

1000 Meter.

1. Miguèl v. Schoonhoven	2.55.9	09-07-83	Alphen a/d Rijn
2. Tim Dekker	3.01.59	09-09-2006	Emmeloord
3. Tjalle Boorsma	3.03.3	13-06-98	Bergen op Zoom
4. Rowdy Huizer	3.05.3	14-06-86	Rotterdam
5. Hilmar v.d. Dool	3.07.7	30-06-85	Lisse
6. Jeffrey Berlijn	3.07.98	19-06-2004	Den Haag
7. Wilco de Vries	3.08.4	17-05-75	Lisse
8. Frank Korte	3.10.1	23-08-86	Gouda
Jochem Schonebaum	3.10.1	08-10-2006	Gouda
10. Lucas Schwiebbe	3.10.2	01-07-95	Reeuwijk

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens D.

80 Meter horden.

1. Tim Dekker	12.1 s.(12.34ET)	08-10-2006	Gouda
2. Johan Schonebaum	13.3 s.(13.54ET)	08-10-2006	Gouda
3. Irving Schenkers	13.7 s.(13.94ET)	01-10-89	Gouda
4. Robert Beemsterboer	13.8 s.(14.04ET)	30-09-90	Gouda
Nils Rietveld	13.8 sec.	05-09-93	Zoetermeer
6. Bas Ruesen	14.22 sec.	16-05-98	Alphen a/d Rijn
7 Roland van Zuilen	14.0 s.(14.24ET)	03-10-2004	Gouda
8. Miguèl v. Schoonhoven	14.1 s.(14.34ET)	26-05-83	Lisse
9. Tim Hooijkaas	14.2 s.(14.44ET)	08-06-96	Lisse
Reinier Blik	14.2 sec.	10-05-2003	Alphen a/d Rijn

1000 Meter hindernis.

1. Miguèl v. Schoonhoven	3.15.7	14-05-83	Hilversum
2. Hilmar v.d. Dool	3.32.5	16-09-84	Utrecht
3. Matthijs Reekers	3.37.48	03-09-2006	Amsterdam
4. Jeroen v. Bokhoven	3.39.2	16-09-84	Utrecht
5. Vincent Hodzelmans	3.45.7	16-09-84	Utrecht

Verspringen.

1. Nils Rietveld	5.43 M.	05-09-93	Zoetermeer
2. Mark de Rooy	5.38 M.	02-10-2004	Gouda
3. Roland van Zuilen	5.21 M.	02-10-2004	Gouda
4. Ben de Jong	5.20 M.	29-09-2001	Gouda
5. Irving Schenkers	4.92 M.	10-06-89	Reeuwijk
6. Tim Dekker	4.91 M.	01-07-2006	Schoonhoven
7. Johan Schonebaum	4.88 M.	07-10-2006	Gouda
8. Frans Rath	4.81 M.	11-10-69	Schoonhoven
9. Martijn Delissen	4.79 M.	03-06-89	Barendrecht
10. Laurens v. Putten	4.78 M.	28-09-91	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens D.

Hoogspringen.

1. Johan Schonebaum	1.70 M.	08-10-2006	Gouda
2. Irving Schenkers	1.55 M.	27-05-89	Reeuwijk
3. Mark de Rooy	1.51 M.	05-06-2004	Oud-Beijerland
4. Miguèl v. Schoonhoven	1.50 M.	07-05-83	Reeuwijk
Edwin de Waal	1.50 M.	25-06-83	Alphen a/d Rijn
Nils Rietveld	1.50 M.	05-09-93	Zoetermeer
Bas Ruesen	1.50 M.	16-05-98	Alphen a/d Rijn
Ben de Jong	1.50 M.	30-09-2001	Gouda
Roland van Zuilen	1.50 M.	03-10-2004	Gouda
Tim Dekker	1.50 M.	22-09-2006	Gouda

Kogelstoten.

1. Roland van Zuilen	12.50 M.	11-09-2004	Assen
2. Johan Schonebaum	11.55 M.	08-10-2006	Gouda
3. Nick Kokje	11.34 M.	02-10-2005	Gouda
4. Mark de Rooy	11.33 M.	03-10-2004	Gouda
5. Nils Rietveld	10.88 M.	05-09-93	Zoetermeer
6. Ben de Jong	10.78 M.	15-09-2001	Apeldoorn
7. Martijn Delissen	10.28 M.	30-09-89	Gouda
8. Christiaan Ribbens	10.17 M.	07-09-003	Amsterdam
9. Arian Koren	10.10 M.	26-05-84	Zoetermeer
10. Manuel v. Schoonhoven	9.77 M.	25-09-88	Gouda

Discuswerpen.

1. Roland van Zuilen	31.48 M.	11-09-2004	Assen
2. Arian Koren	29.90 M.	08-09-84	Alphen a/d Rijn
3. Frank v. Leeuwen	28.08 M.	21-06-96	Nieuwegein
4. Leen Sandifort	26.98 M.	24-04-2010	Den Haag
5. Marcel Rond	26.24 M.	03-09-88	Gouda
6. Martijn Delissen	25.88 M.	10-09-89	Gouda
7. Mark de Rooy	25.78 M.	11-06-2004	Boskoop
8. Ben de Jong	25.46 M.	06-06-2001	Gouda
9. Edwin de Waal	24.18 M.	10-07-83	Lisse
10. Hoite Kuiperi	23.74 M.	16-06-2007	Den Haag

Balwerpen.

1. Jan Kees Broer	39.00 M.	1974
2. Wilco de Vries	24.00 M.	1974

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens D.

Speerwerpen.

1. Roland van Zuilen	42.39 M.	02-10-2004	Gouda
2. Johan Schonebaum	36.66 M.	07-10-2006	Gouda
3. Mark de Rooy	36.30 M.	16-04-2004	Reeuwijk
4. Irving Schenkers	34.26 M.	01-10-89	Gouda
5. Bart Noordanus	33.80 M.	12-04-92	Gouda
6. Paul v.d. Heuvel	31.96 M.	01-10-89	Gouda
7. Rowdy Huizer	31.54 M.	08-06-86	Gouda
8. Martijn Dekker	31.29 M.	27-09-2003	Gouda
9. Tim Bloom	30.90 M.	27-09-97	Gouda
10. Donny Spoel	30.86 M.	30-09-90	Gouda

5 - kamp.

1. Wilco de Vries	2934 pnt.	31-05-75	Zoetermeer
2. Cor Hofstede	2751 pnt.	31-05-75	Zoetermeer
3. Frank Broer	2434 pnt.	31-05-75	Zoetermeer
4. Jan Kees Broer	2299 pnt.	23-06-73	Waddinxveen
5. Jan Alphenaar	2095 pnt.	23-06-73	Waddinxveen

6 - kamp.

1. Miguël v. Schoonhoven	2873 pnt.	02-07-83	Reeuwijk
2. Tom Boegheim	2566 pnt.	07-06-80	Schoonhoven
3. Edwin de Waal	2444 pnt.	08-05-82	Alphen a/d Rijn
4. Jeroen v. Bokhoven	2363 pnt.	23-06-84	Reeuwijk
5. Corvin Janssen	2296 pnt.	02-07-83	Reeuwijk
6. Vincent Hodzelmans	2277 pnt.	23-06-84	Reeuwijk
7. Edward v.d. Water	2248 pnt.	08-05-82	Alphen a/d Rijn
8. Paul de Mooy	2212 pnt.	07-06-80	Schoonhoven
9. Joost Vervoorn	2208 pnt.	16-05-81	Alphen a/d Rijn
10. Marc de Groot	2189 pnt.	23-06-84	Reeuwijk

7 - kamp.

1. Johan Schonebaum	4233 pnt.	08-10-2006	Gouda
2. Nils Rietveld	4052 pnt.	05-09-93	Zoetermeer
3. Roland van Zuilen	4045 pnt.	03-10-2004	Gouda
4. Mark de Rooy	4029 pnt.	03-10-2004	Gouda
5. Irving Schenkers	3919 pnt.	01-10-89	Gouda
6. Tim Dekker	3909 pnt.	02-07-2006	Schoonhoven
7. Rowdy Huizer	3794 pnt.	28-09-86	Gouda
8. Ben de Jong	3734 pnt.	30-09-2001	Gouda
9. Nick Kokje	3591 pnt.	02-10-2005	Gouda
10. Wim Schuling	3422 pnt.	01-10-89	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens C.

80 Meter.

1. Hans Rodermond	9.8 sec.	23-06-62	Gouda
2. Guiliquame v.d. Bogaerde	10.0 sec.	1966	
3. Simon Bruiniks	10.2 sec.	1962	
4. Herman Aberson	10.3 sec.	1962	
5. Piet Geukes	10.4 sec.	1961	

100 Meter.

1. Rowdy Huizer	11.4 s.(11.64ET)	17-08-88	Leiden
2. Mario Alblas	11.5 s.(11.74ET)	21-09-86	Krommenie
Wim Schuling	11.5 sec.	22-06-91	Spijkenisse
4. Irving Schenkens	11.7 s.(11.94ET)	25-05-91	Zierikzee
5. Alexander Kirkels	12.03 sec.	06-10-2007	Gouda
6. Jeroen Hoogeveen	11.9 s.(12.14ET)	25-06-94	Vlaardingen
Reinier Blik	11.9 sec.	20-05-2006	Gouda
8. Nils Rietveld	12.0 s.(12.24ET)	13-05-95	Barendrecht
Tjalle Boorsma	12.0 sec.	23-09-2000	Gouda
10. Dieter Möckelmann	12.1 s.(12.34ET)	30-09-90	Gouda
Ben de Jong	12.1 sec.	29-08-2003	Boskoop
Daan Emmerzaal	12.34 sec.	06-06-2009	Vlaardingen

600 Meter.

1. Guiliquame v.d. Bogaerde	1.31.9	25-09-66	Rotterdam
2. Andries Groenewoud	1.36.8	1960	
3. Reinier Blik	1.38.8	02-04-2006	Gouda
4. Rob Den Blijker	1.39.0	1961	
5. Ton de Gruyl	1.40.0	1960	
6. Martin Ponte	1.41.5	1963	
7. Mark de Rooij	1.44.1	10-04-2005	Gouda
8. Cosmo van Berkel	1.45.1	10-04-2005	Gouda
9. Roland van Zuilen	1.48.2	10-04-2005	Gouda
10. Alan Diddens	1.49.1	10-04-2005	Gouda

800 Meter.

1. Mario Alblas	2.03.8	24-08-86	Amsterdam
2. Gijs v.d. Knaap	2.06.2	13-05-2000	Naaldwijk
3. Paul Verkley	2.07.7	21-05-88	Dordrecht
4. Miguël v. Schoonhoven	2.10.2	06-07-85	Den Haag
Bart de Kort	2.10.20	24-08-91	Amsterdam
6. Krijn Dietz	2.11.0	05-06-93	Alphen a/d Rijn
7. Robert Ton	2.11.16	26-08-2000	Amsterdam
8. Wilco de Vries	2.11.3	08-10-77	Zoetermeer
9. Rodney Dirksz	2.12.6	06-07-85	Den Haag
10. Cor Hofstede	2.13.4	04-06-77	

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens C.

1000 Meter.

1. Mario Alblas	2.48.1	28-09-86	Gouda
2. Paul Verkley	2.50.2	26-06-88	Utrecht
3. Rowdy Huizer	2.52.2	19-06-88	Woerden
4. Krijn Dietz	2.52.7	05-09-93	Zoetermeer
5. Robert Ton	2.53.4	06-06-99	Vlaardingen
6. Bart de Kort	2.54.2	09-06-91	Zoetermeer
7. Gijs v.d. Knaap	2.55.5	27-05-2000	Schoonhoven
8. Miguèl v. Schoonhoven	2.55.6	05-10-85	Gouda
9. Paul Koenis	2.57.0	25-09-94	Gouda
10. Adil Andour	2.57.6	26-09-99	Gouda

1500 Meter.

1. Robert Ton	4.21.76	23-09-2000	Den Haag
2. Paul Verkley	4.22.8	17-08-88	Leiden
3. Wouter de Vries	4.26.3	05-09-87	Vught
4. Rodney Dirksz	4.32.5	28-09-85	Krommenie
5. Mario Alblas	4.33.6	30-06-85	Lisse
6. Cor Hofstede	4.35.0	14-06-77	Schoonhoven
7. Paul Koenis	4.38.6	03-07-94	Zoetermeer
8. Miguèl v. Schoonhoven	4.41.5	30-06-84	Alphen a/d Rijn
9. Bart de Kort	4.42.0	01-06-91	Gouda
10. Kees van Zoest	4.49.0	1971	

60 Meter horden.

1. Joost Ponte	9.6 sec.	1962
2. Guiliquame v.d. Bogaerde	9.9 sec.	1966
Hans Rodermond	9.9 sec.	1962
4. Herman Aberson	10.0 sec.	1962

100 Meter horden.

1. Tim Dekker	14.31 sec.	04-10-2008	Gouda
2. Reinier Blik	14.85 sec.	26-08-2006	Amsterdam
3. Alexander Kirkels	15.05 sec.	25-08-2007	Amsterdam
4. Irving Schenkers	15.11 sec.	31-08-91	Terneuzen
5. Hoite Kuiperi	15.13 sec.	20-06-2009	Zoetermeer
6. Alan Diddens	15.0 s.(15.24ET)	08-10-2006	Gouda
7. Roland van Zuilen	15.38 sec.	30-09-2006	Emmeloord
8. Johan Schonebaum	15.45 sec.	04-10-2008	Gouda
9. Bram Popkema	15.69 sec.	08-09-2007	Apeldoorn
10. Manuel v. Schoonhoven	15.5 s.(15.74ET)	09-06-90	Zoetermeer

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens C.

300 Meter horden.

1. Reinier Blik	40.80 sec.	02-09-2006	Gladbeck(Duitsland)
1. Mario Alblas	43.3 s.(43.54ET)	21-09-85	Krommenie
2. Miguèl v. Schoonhoven	44.6 s.(44.84ET)	28-09-85	Krommenie
Rowdy Huizer	44.6 sec.	10-09-88	Leiden
4. Tim Dekker	45.24 sec.	26-08-2007	Amsterdam
5. Bram Popkema	45.64 sec.	04-07-2007	Leiden
6. Chris v. Engen	45.6 s.(45.84ET)	21-09-86	Krommenie
Rodney Dirksz	45.6 sec.	28-08-86	Krommenie
8. Robert Ton	46.13 sec.	21-08-99	Amsterdam
9. Arjan v.d. Broek	45.9 s.(46.14ET)	21-09-86	Krommenie
10. Steven Lans	46.8 s.(47.04ET)	10-09-88	Leiden

1500 Meter hindernis.

1. Paul Verkley	4.42.8	14-05-88	Aalsmeer
2. Miguèl v. Schoonhoven	4.50.2	16-09-84	Utrecht
3. Edward v.d. Water	5.25.4	22-09-84	Hoorn

Verspringen.

1. Roland van Zuilen	6.18 M.	09-09-2006	Emmeloord
2. Irving Schenkens	6.16 M.	24-08-91	Amsterdam
3. Martijn Delissen	6.13 M.	28-09-91	Gouda
4. Reinier Blik	5.90 M.	27-08-2006	Amsterdam
5. Hans Rodermond	5.83 M.	16-09-62	Delft
6. Rowdy Huizer	5.81 M.	17-05-88	Gouda
7. Nils Rietveld	5.79 M.	13-05-95	Barendrecht
8. Manuel v. Schoonhoven	5.73 M.	08-09-90	Zoetermeer
9. Wim Schuling	5.72 M.	28-09-91	Gouda
10. Johan Schonebaum	5.67 M.	06-10-1007	Gouda

Polstokhoogspringen.

1. Tjalle Boorsma	3.20 M.	07-05-2000	Schoonhoven
2. Roland van Zuilen	3.00 M.	14-05-2006	Krommenie
3. Frank van Leeuwen	2.80 M.	04-09-98	Zoetermeer
Mike v. Pruissen	2.80 M.	19-05-2002	Barendrecht
5. Adil Andour	2.60 M.	03-10-99	Zoetermeer
6. Brendan Troost	2.40 M.	30-08-98	Amsterdam
7. Peter Rietveld	2.00 M.	14-04-2002	Gouda
Ben de Jong	2.00 M.	14-04-2002	Gouda
Marten Reijnders	2.00 M.	14-04-2002	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens C.

Hoogspringen.

1. Roland van Zuilen	2.00 M.	26-08-2006	Amsterdam
2. Johan Schonebaum	1.90 M.	25-05-2008	Zoetermeer
3. Jurgen Doest	1.80 M.	11-06-88	Gouda
Martijn Delissen	1.80 M.	14-09-91	Utrecht
Tim Dekker	1.80 M.	06-07-2008	Schoonhoven
6. Mario Alblas	1.75 M.	27-09-86	Gouda
Irving Schenkers	1.75 M.	28-09-91	Gouda
8. Michel v.d. Nol	1.70 M.	13-06-87	Gorinchem
9. Miguèl v. Schoonhoven	1.65 M.	01-06-85	Reeuwijk
Frank Knoester	1.65 M.	11-06-88	Gouda
Manuel v. Schoonhoven	1.65 M.	30-09-90	Gouda
Jochem Janssen	1.65 M.	23-09-2000	Gouda
Matthijs Reekers	1.65 M.	11-04-2008	Waddinxveen

Kogelstoten.

1. Roland van Zuilen	15.96 M.	30-09-2006	Emmeloord
2. Michel v.d. Nol	13.47 M.	05-09-87	Vught
3. Irving Schenkers	12.57 M.	28-09-91	Gouda
4. Mario Alblas	12.48 M.	27-09-86	Gouda
5. Mark de Rooij	12.41 M.	07-10-2006	Gouda
6. Martijn Delissen	12.24 M.	28-09-91	Gouda
7. Manuel v. Schoonhoven	12.07 M.	24-06-90	Vlaardingen
8. Alexander Kirkels	12.06 M.	06-10-2007	Gouda
9. Reinier Blik	11.96 M.	22-04-2006	Leiden
10. Wim Schuling	11.85 M.	11-05-91	Reeuwijk

Discuswerpen.

1. Roland van Zuilen	60.99 M.	22-09-2006	Reeuwijk
2. Hoite Kuiperi	43.40 M.	03-10-2009	Gouda
3. Tim Dekker	40.73 M.	05-09-2008	Gouda
4. Mark de Rooij	40.40 M.	27-08-2006	Amsterdam
5. Mario Alblas	39.80 M.	18-06-86	Rotterdam
6. Niels Bakker	39.20 M.	28-09-2003	Gouda
7. Martijn Delissen	38.80 M.	28-09-91	Gouda
8. Johan Schonebaum	36.62 M.	01-07-2007	Schoonhoven
9. Mark Bakker	35.56 M.	12-09-2007	Gouda
10. Arian Koren	35.20 M.	18-05-85	Zoetermeer

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens C.

Speerwerpen.

1. Mark de Rooij	51.40 M.	09-09-2006	Etten Leur
2. Roland van Zuilen	48.64 M.	23-06-2006	Boskoop
3. Rowdy Huizer	43.70 M.	03-09-88	Gouda
4. Jeroen Hoogeveen	41.08 M.	25-06-94	Vlaardingen
5. Wim Schuling	40.98 M.	22-06-91	Spijkensisse
6. Irving Schenkers	40.92 M.	30-09-90	Gouda
7. Hoite Kuiperi	40.71 M.	03-10-2009	Gouda
8. Peter Paul Houtman	40.60 M.	30-04-95	Gouda
9. Koen Braker	40.46 M.	03-10-2010	Gouda
10. Dieter Möckelmann	40.18 M.	08-07-90	Gouda

6-kamp.

1. Kees Schoon	3125 pnt.	27-05-78	Woerden
2. Frank Broer	2843 pnt.	27-05-78	Woerden
3. Jan Kees Broer	2074 pnt.	31-05-75	Zoetermeer

8-kamp.

1. Roland van Zuilen	6031 pnt.	01-10-2006	Emmeloord
2. Mario Alblas	5538 pnt.	28-09-86	Gouda
3. Irving Schenkers	5520 pnt.	28-09-91	Gouda
4. Tim Dekker	5395 pnt.	21-09-2008	Enschede
4. Johan Schonebaum	5324 pnt.	07-10-2007	Gouda
5. Martijn Delissen	5302 pnt.	28-09-91	Gouda
6. Mark de Rooij	5243 pnt.	08-10-2006	Gouda
7. Rowdy Huizer	5189 pnt.	19-06-88	Woerden
8. Hoite Kuiperi	5024 pnt.	05-07-2009	Gouda
9. Manuel v. Schoonhoven	4999 pnt.	30-09-90	Gouda
10. Alexander Kirkels	4940 pnt.	07-10-2007	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens B.

100 Meter.

1. Tim Dekker	11.30 sec.	25-04-2010	Santpoort
2. Mario Alblas	11.2 s.(11.44ET)	17-06-87	Rotterdam
Rowdy Huizer	11.2 sec.	08-09-90	Lisse
4. Marc de Groot	11.3 s.(11.54ET)	28-08-88	Lisse
Wim Schuling	11.3 sec.	08-09-93	Rotterdam
6. Alexander Kirkels	11.62 sec.	30-03-2008	Gouda
7. Roben Popkema	11.4 s.(11.64ET)	07-10-2006	Gouda
8. Irving Schenkers	11.68 sec.	23-05-92	Alphen a/d Rijn
9. Ivo Jehee	11.69 sec.	01-05-2008	Gouda
10. Leo Hogenelst	11.6 s.(11.84ET)	26-08-61	Krimpen a/d IJssel
Jaco Hodzelmans	11.6 sec.	02-05-87	Alphen a/d Rijn
Tjalle Boorsma	11.6 sec.	09-06-2002	Delft
Jorrit v.d. Wiel	11.6 sec.	02-10-2004	Gouda

200 Meter.

1. Tim Dekker	22.77 sec.	06-06-2010	Hoorn
2. Tjalle Boorsma	23.00 sec.	24-05-2002	Utrecht
3. Wim Schuling	23.17 sec.	13-06-93	Assen
4. Roben Popkema	23.26 sec.	01-07-2006	Bergen op Zoom
5. Ivo Jehee	23.34 sec.	27-06-2008	Utrecht
6. Mario Alblas	23.3 s.(23.54ET)	23-09-87	Heerhugowaard
7. Jorrit v.d. Wiel	23.71 sec.	26-06-2005	Helmond
8. Irving Schenkers	23.91 sec.	23-05-92	Alphen a/d Rijn
Reinier Blik	23.91 sec.	01-05-2008	Gouda
10. Alexander Kirkels	24.02 sec.	28-06-2009	Emmerloord

300 Meter.

1. Tjalle Boorsma	37.63 sec.	02-05-2002	Gent
2. Reinier Blik	38.32 sec.	20-07-2007	Utrecht
3. Hans Rodermond	39.5 sec.	05-07-64	Rotterdam
4. Wijnand Pijnakker	40.2 sec.	1963	
5. Andries Groenewoud	40.5 sec.	1962	
6. Jan Revet	41.0 sec.	1954	
7. Hans Vermeulen	41.5 sec.	1966	

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens B.

400 Meter.

1. Tim Dekker	51.16 sec.	20-08-2010	Gouda
2. Tjalle Boorsma	51.7 s.(51.84ET)	10-06-2001	Eindhoven
3. Reinier Blik	51.97 sec.	01-06-2008	Groningen
4. Krijn Dietz	52.4 s.(52.54ET)	05-06-95	Lisse
5. Jorrit v.d. Wiel	52.59 sec.	26-06-2005	Helmond
6. Bart de kort	52.9 s.(53.04ET)	17-06-92	Leiden
7. Roben Popkema	53.29 sec.	08-07-2006	Utrecht
8. Mario Alblas	53.5 s.(53.64ET)	11-05-88	Rotterdam
9. Wilco de Vries	53.7 s.(53.84ET)	23-09-78	Den Haag
10. Joost Blokland	53.92 sec.	25-06-99	Nieuwegein

600 Meter.

1. Johan Schönebaum	1.32.55	22-05-2009	Utrecht
2. L.M. Jansen	1.33.5	1953	
3. Rob Den Blijker	1.33.8	1962	
4. Jan Revet	1.35.9	1954	
5. Wijnand Pijnakker	1.36.2	1963	
6. Ton de Gruyl	1.37.0	1961	

800 Meter.

1. Bart de Kort	1.59.9	21-06-92	Zoetermeer
2. Andre de Vries	2.01.7	20-06-87	Lisse
3. Cosmo van Berkel	2.04.28	03-06-2007	Heiloo
4. Ivo Jehee	2.04.38	30-03-2008	Gouda
5. Krijn Dietz	2.04.7	12-06-94	Alphen a/d Rijn
6. Mario Alblas	2.05.5	29-05-87	Utrecht
7. Kees Lek	2.05.7	23-09-78	Den Haag
8. Paul Verkley	2.06.4	21-05-89	Haarlem
9. Marco Hakker	2.07.89	19-05-96	Alphen a/d Rijn
10. Wilco de Vries	2.07.9	30-09-78	Tienen(België)

1500 Meter.

1. Joost Blokland	4.04.28	13-08-99	Utrecht
2. Robert Ton	4.09.11	09-05-2002	Gouda
3. Maarten Blokland	4.13.45	09-05-2004	Delft
4. Cosmo van Berkel	4.15.66	08-07-2007	Utrecht
5. Paul Verkley	4.16.3	08-09-90	Lisse
6. Rodney Dirksz	4.18.7	27-09-87	Amsterdam
7. Cees van Eijk	4.20.2	05-09-73	Amsterdam
8. Tjalle Boorsma	4.23.5	30-09-2002	Gouda
9. Gijs v.d. Knaap	4.25.22	04-08-2000	Utrecht
10. Paul Koenis	4.25.9	05-06-95	Lisse

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens B.

3000 Meter.

1. Maarten Blokland	8.41.95	20-05-2004	Vught
2. Joost Blokland	8.44.80	16-05-99	Alphen a/d Rijn
3. Robert Ton	9.09.49	05-06-2002	Amersfoort
4. Paul Verkley	9.17.6	24-06-90	Lisse
5. Paul Koenis	9.30.7	28-05-95	Barendrecht
6. Wouter de Vries	9.44.2	08-05-88	Amersfoort
7. Cosmo van Berkel	9.49.07	06-05-2007	Den Haag
8. Cees van Eijk	9.51.4	19-07-73	Schoonhoven
9. Andre de Vries	9.51.8	31-05-87	Amsterdam
10. Kees van Zoest	9.52.2	1972	

1 Engelse Mijl.

1. Paul Verkley	4.53.6	22-05-90	Gouda
-----------------	--------	----------	-------

1500 Meter hindernis.

1. Kees Schoon	4.55.2	29-06-80	Spijkenisse
2. Richard Berlijn	5.01.9	15-08-81	Alphen a/d Rijn
3. Andre de Vries	5.09.3	11-10-87	Zoetermeer
4. Miguèl v. Schoonhoven	5.45.3	12-10-86	Zoetermeer
Edward v.d Water	5.45.3	12-10-86	Zoetermeer
6. Corvin Janssen	6.47.6	11-10-87	Zoetermeer

2000 Meter hindernis.

1. Joost Blokland	6.05.45	13-06-99	Zevenaar
2. Robert Ton	6.12.75	21-09-2002	Kopenhagen(DEN)
3. Paul Verkley	6.54.29	07-10-90	Zoetermeer
4. Frank Korte	7.21.1	08-10-89	Zoetermeer

80 Meter horden.

1. Aart Slingerland	13.9 sec.	26-07-52	Rotterdam
2. Dik Flux	15.0 sec.	1962	

100 Meter horden.

1. John de Heer	16.0 sec.	08-10-77	Zoetermeer
2. Jan Kees Broer	16.2 sec.	02-09-78	Gorinchem
3. Perry v. Niekerk	20.0 sec.	08-10-77	Zoetermeer

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens B.

110 Meter horden.

1. Tim Dekker	14.46 sec.	28-05-2010	Utrecht
2. Pim Jehee	15.45 sec.	08-05-2005	Beverwijk
3. Alan Diddens	15.83 sec.	01-06-2008	Groningen
4. Steven Lans	15.7 s.(15.94ET)	09-05-91	Alphen a/d Rijn
Brendan Troost	15.7 sec.	30-09-2001	Gouda
6. Alexander Kirkels	15.95 sec.	27-06-2008	Utrecht
7. Roland van Zuilen	16.06 sec.	16-05-2008	Gouda
8. Irving Schenkers	16.0 s.(16.24ET)	17-05-92	Alphen a/d Rijn
9. Miguèl v. Schoonhoven	16.1 s.(16.34ET)	20-06-87	Lisse
Bram Popkema	16.34 sec.	28-06-2009	Emmeloord

300 Meter horden.

1. Steven Lans	44.6 s.(44.84ET)	22-04-90	Zoetermeer
2. Mario Alblas	46.14 sec.	12-05-88	Rotterdam
3. Andre v. Boxmeer	47.0 s.(47.24ET)	30-06-85	Lisse
4. Edward v.d. Water	48.8 s.(49.04ET)	30-06-85	Lisse
5. Frank Knoester	49.9 s.(50.14ET)	22-04-90	Zoetermeer

400 Meter horden.

1. Pim Jehee	56.88 sec.	26-06-2005	Helmond
2. Reinier Blik	56.90 sec.	11-05-2008	Amsterdam
3. Tim Dekker	57.79 sec.	11-06-2010	Gouda
4. Tjalle Boorsma	59.27 sec.	01-07-2001	Zaandam
5. Bram Popkema	61.11 sec.	22-05-2009	Utrecht
6. Brendan Troost	61.48 sec.	01-07-2001	Zaandam
7. Jorrit v.d. Wiel	62.85 sec.	26-06-2005	Helmond
8. Bram Popkema	63.63 sec.	30-05-2008	Groningen
9. Alan Diddens	64.31 sec.	11-05-2008	Amsterdam

Verspringen.

1. Martijn Delissen	6.95 M.	26-06-93	Groningen
2. Roland van Zuilen	6.55 M.	06-07-2008	Schoonhoven
3. Roben Popkema	6.25 M.	07-10-2006	Gouda
4. Laurens van Putten	6.23 M.	29-08-95	Gouda
5. Quinten Izeboud	6.22 M.	28-09-86	Gouda
6. Reinier Blik	6.20 M.	22-06-2008	Haarlem
7. Irving Schenkers	6.12 M.	28-05-92	Gorinchem
8. Hans Rodermond	6.10 M.	05-07-64	Rotterdam
Manuel v. Schoonhoven	6.10 M.	28-09-91	Gouda
10. Rowdy Huizer	6.08 M.	29-04-90	Santpoort/Noord

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens B.

Hinkstapspringen.

1. Roland van Zuilen	14.18 M.	30-05-2008	Groningen
2. Martijn Delissen	13.39 M.	27-06-93	Groningen
3. Alex v.d. Nol	12.75 M.	12-04-86	Gouda
4. Miguèl v. Schoonhoven	12.68 M.	02-05-87	Alphen a/d Rijn
5. Frank Knoester	12.65 M.	22-04-90	Zoetermeer
6. Manuel v. Schoonhoven	12.56 M.	03-05-92	Delft
7. Irving Schenkers	12.39 M.	17-05-92	Alphen a/d Rijn
8. Quinten Izeboud	12.23 M.	12-04-86	Gouda
9. Steven Lans	12.21 M.	07-04-91	Rotterdam
10. Roben Popkema	12.11 M.	04-06-2006	Amsterdam

Hoogspringen.

1. Roland van Zuilen	2.04 M.	31-05-2008	Groningen
2. Frank Knoester	1.95 M.	16-06-90	Gouda
Johan Schönebaum	1.95 M.	31-05-2009	Amsterdam
4. Tim Dekker	1.91 M.	03-07-2010	Schoonhoven
5. Andre v. Boxmeer	1.85 M.	13-09-86	Alphen a/d Rijn
Jurgen Doest	1.85 M.	21-05-89	Haarlem
7. Alex v.d. Nol	1.82 M.	06-09-86	Den Haag
8. Miguèl v. Schoonhoven	1.80 M.	10-05-87	Dordrecht
Mario Alblas	1.80 M.	20-06-87	Lisse
Martijn Delissen	1.80 M.	21-06-92	Zoetermeer
Peter-Paul Houtman	1.80 M.	06-07-97	Schoonhoven
Roben Popkema	1.80 M.	04-06-2006	Amsterdam

Polstokhoogspringen.

1. Tjalle Boorsma	3.90 M.	09-06-2002	Delft
2. Roland van Zuilen	3.80 M.	25-05-2008	Zoetermeer
3. Pim Jehee	3.72 M.	01-10-2005	Gouda
4. Brendan Troost	3.50 M.	10-06-2001	Eindhoven
Tim Dekker	3.50 M.	05-09-2010	Alphen a.d Rijn
6. Andre v. Boxmeer	3.30 M.	14-06-86	Reeuwijk
7. Miguèl v. Schoonhoven	3.20 M.	04-07-87	Reeuwijk
8. Michel v.d. Nol	3.00 M.	20-05-89	Lisse
Nils Rietveld	3.00 M.	27-09-97	Gouda
Frank van Leeuwen	3.00 M.	24-09-2000	Gouda
Mike van Pruissen	3.00 M.	18-06-2003	Barendrecht
Bram Popkema	3.00 M.	10-05-2009	Heerhugowaard

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens B.

Kogelstoten.

1. Roland van Zuilen	14.95 M.	29-08-2008	Lisse
2.. Niels Bakker	13.39 M.	01-10-2005	Gouda
3. Michel v.d. Nol	13.19 M.	15-05-89	Alphen a/d Rijn
4. Mario Alblas	13.15 M.	25-09-88	Gouda
5. Marc de Groot	13.10 M.	11-06-88	Barendrecht
6. Alex v.d. Nol	12.90 M.	12-10-86	Zoetermeer
7. Quinten Izeboud	12.76 M.	28-09-86	Gouda
8. Camiel Bouwens	12.46 M.	16-05-90	Boskoop
9. Joop Kleiweg	12.42 M.	28-08-64	Gouda
10. Frank Broer	12.34 M.	06-09-80	Lisse

Discuswerpen.

1. Roland van Zuilen	56.82 M.	22-06-2008	Haarlem
2. Tim Dekker	45.94 M.	19-09-2010	Gemert
3. Niels Bakker	40.33 M.	02-10-2005	Gouda
4. Mario Alblas	38.92 M.	25-09-88	Gouda
5. Mark Bakker	38.47 M.	12-06-2009	Gouda
6. Camiel Bouwens	37.84 M.	16-06-90	Gouda
7. Marc de Groot	37.06 M.	25-09-88	Gouda
8. Frank Broer	36.96 M.	13-09-80	Alphen a/d Rijn
9. Andre v. Boxmeer	35.96 M.	23-08-86	Den Haag
10. Mark de Rooij	35.36 M.	01-04-2007	Gouda

Speerwerpen.

1. Mark de Rooij	51.02 M.	13-05-2007	Utrecht
2. Roland van Zuilen	47.61 M.	11-05-2008	Amsterdam
3. Mario Alblas	46.48 M.	15-05-88	Zierikzee
4. Andre v. Boxmeer	46.14 M.	01-06-86	Leiden
5. Pim Jehee	45.24 M.	05-05-2005	Gouda
6. Michel v.d. Nol	44.34 M.	15-04-89	Gouda
7. Rowdy Huizer	43.76 M.	30-09-90	Gouda
8. Cor Hofstede	43.48 M.	12-05-79	Zoetermeer
9. Joris Heinsbroek	43.31 M.	13-09-2009	Groningen
10. Camiel Bouwens	42.50 M.	24-05-90	Rotterdam

Kogelslingeren.

1. Roland van Zuilen	35.17 M.	27-06-2008	Utrecht
2. Mark de Rooij	28.13 M.	27-06-2008	Utrecht
3. Nils Rietveld	27.42 M.	19-04-97	Boskoop
4. Peter-Paul Houtman	22.98 M.	20-09-97	Boskoop
5. Marc de Groot	22.10 M.	07-08-88	Amsterdam
6. Frank Broer	21.52 M.	27-07-80	Gloucester(ENG)
7. Andre v. Boxmeer	21.50 M.	01-06-86	Leiden
8. Mark Bakker	16.29 M.	27-06-2008	Utrecht

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens B.

8-kamp.

1. Jan Kees Broer	3878 pnt.	02-09-78	Gorinchem
-------------------	-----------	----------	-----------

9-kamp.

1. Roland van Zuilen	6129 pnt.	21-09-2008	Enschede
2. Tim Dekker	6037 pnt.	19-09-2010	Gemert
3. Pim Jehee	5081 pnt.	08-05-2005	Amersfoort
4. Mario Alblas	4958 pnt.	22-05-88	Lisse
5. Tjalle Boorsma	4826 pnt.	30-09-2001	Gouda
6. Rowdy Huizer	4700 pnt.	30-09-90	Gouda
7. Brendan Troost	4657 pnt.	30-09-2001	Gouda
8. Miguèl v. Schoonhoven	4460 pnt.	05-07-87	Reeuwijk
9. Alex v.d. Nol	4437 pnt.	07-09-86	Den Haag
10. Manuel v. Schoonhoven	4427 pnt.	28-09-91	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens A.

100 Yards.

1. Wijnand Pijnakker	11.3 sec.	22-05-65	Gouda
----------------------	-----------	----------	-------

100 Meter.

1. Win Schuling	10.96 sec.	24-06-95	Sittard
2. Rowdy Huizer	11.33 sec.	29-06-91	Alphen a/d Rijn
3. Dries Jansen	11.1 s.(11.34ET)	01-08-48	Leiden
Marc de Groot	11.1 sec.	18-06-89	Amsterdam
Merwin Morars	11.1 sec.	12-06-91	Rotterdam
6. Pim Jehee	11.38 sec.	02-07-2006	Bergen op Zoom
7. Roben Popkema	11.43 sec.	22-04-2007	Delft
8. Egbert Hodzelmans	11.3 s.(11.54ET)	08-06-86	Rotterdam
Mario Alblas	11.3 sec.	30-09-90	Gouda
10. Joop Kleiweg	11.4 s.(11.64ET)	1966	

200 Meter.

1. Wim Schuling	22.17 sec.	23-06-95	Sittard
2. Pim Jehee	22.97 sec.	22-04-2007	Delft
3. Roben Popkema	23.17 sec.	28-05-2007	Amsterdam
4. Egbert Hodzelmans	23.1 s.(23.34ET)	20-07-86	Krommenie
5. Jorrit v.d. Wiel	23.47 sec.	09-06-2006	Utrecht
6. Reinier Blik	23.54 sec.	21-05-2009	Gouda
7. Ivo Jehee	23.55 sec.	21-05-2009	Gouda
8. Dries Jansen	23.4 s.(23.64ET)	08-08-48	Leiden
9. Tjalle Boorsma	23.78 sec.	05-09-2003	Gouda
10. Emiel Faaij	23.85 sec.	29-05-2004	Gouda

300 Meter.

1. Dries Janssen	36.9 sec.	1947	
2. Wijnand Pijnakker	39.6 sec.	1965	
3. Joop Kleiweg	39.7 sec.	1966	
4. Aart Slingerland	40.5 sec.	1954	
5. Hans Helmond	40.8 sec.	1965	
6. Marc de Groot	41.3 sec.	03-06-89	Schoonhoven

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens A.

400 Meter.

1. Jorrit v.d. Wiel	50.48 sec.	24-06-2007	Alphen a/d Rijn
2. Reinier Blik	50.82 sec.	09-05-2010	Heerhugowaard
3. Pim Jehee	51.11 sec.	17-05-2007	Sittard
4. Tjalle Boorsma	51.38 sec.	18-06-2003	Barendrecht
5. Bart de Kort	52.57 sec.	23-06-95	Sittard
6. Eggobert Smid	52.6 s.(52.74ET)	19-05-84	Rotterdam
Emiel Faay	52.74 sec.	24-04-2005	EttenLeur
8. Brendan Troost	52.76 sec.	04-05-2003	Delft
9. Andre de Vries	52.7 s.(52.84ET)	25-06-89	Rotterdam
10. Rob Zuidwijk	52.8 s.(52.94ET)	12-07-85	Den Haag

800 Meter.

1. Cosmo van Berkel	1.57.43	28-06-2009	Emmeloord
2. Joost Blokland	1.57.60	25-08-2001	Assen
3. Bart de Kort	1.59.2	30-05-95	Leiden
4. Tjalle Boorsma	1.59.28	04-05-2003	Delft
5. Andre de Vries	1.59.7	18-06-89	Amsterdam
6. Paul Verkley	2.00.0	20-07-91	Haarlem
7. Rodney Dirksz	2.01.4	03-08-88	Leiden
8. Maarten Blokland	2.02.89	23-04-2006	Delft
9. Pim Jehee	2.02.9	02-04-2006	Gouda
10. Reinier Blik	2.04.71	18-04-2010	Gouda

1000 Meter.

1. Rodney Dirksz	2.39.7	20-07-88	Leiden
2. Arjan v.d. Broek	2.58.4	22-08-89	Gouda
3. Alex v.d. Nol	2.59.7	30-08-88	Gouda

1500 Meter.

1. Joost Blokland	3.57.21	24-05-2001	Gouda
2. Paul Verkley	4.03.6	12-05-91	Zierikzee
3. Cosmo van Berkel	4.10.23	28-05-2009	Naaldwijk
4. Rodney Dirksz	4.14.7	11-06-89	Leiden
5. Svenno Hylkema	4.14.9	12-05-91	Zierikzee
6. Jan Zijderlaan	4.15.7	11-10-59	Rotterdam
7. Andre de Vries	4.21.6	11-06-88	Utrecht
8. Camiel Neeter	4.23.1	03-05-86	Rotterdam
9. Bart de Kort	4.26.4	19-06-94	Leiden
10. Rob Zuidwijk	4.27.9	13-05-84	Gorinchem

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens A.

3000 Meter.

1. Robert Ton	8.38.12	08-05-2004	Lisse
2. Joost Blokland	8.43.40	05-05-2001	Lisse
3. Paul Verkley	8.50.0	04-07-91	Alphen a/d Rijn
4. Svenno Hylkema	8.54.75	29-06-91	Alphen a/d Rijn
5. Maarten Blokland	9.14.44	19-06-2005	Zoetermeer
6. Paul Koenis	9.21.9	25-05-97	Lisse
7. S. Zijderlaan	9.36.3	04-10-64	Utrecht
8. Perry van Niekerk	9.41.0	09-05-79	Spijkenisse
9. Cosmo van Berkel	9.41.93	10-05-2009	Heerhugowaard
10. Rodney Dirksz	9.42.2	30-08-88	Gouda

5000 Meter.

1. Robert Ton	15.15.80	25-06-2003	Lisse
2. Maarten Blokland	15.33.58	14-06-2006	Apeldoorn
3. Paul Koenis	15.50.32	15-06-97	Amsterdam
4. Svenno Hylkema	16.03.54	08-09-91	Dordrecht
5. Rodney Dirksz	16.04.5	17-05-88	Gouda
6. Paul Verkley	16.26.06	20-10-91	Rotterdam
7. Perry v. Niekerk	16.51.8	06-05-79	Den Haag
8. Cosmo van Berkel	16.58.02	19-04-2009	Zutphen
9. Mario Alblas	17.46.8	15-04-89	Gouda
10. Frank Korte	18.16.57	20-10-91	Rotterdam

10 Kilometer.

1. Joost Blokland	31.44.2	14-09-2001	Gouda
2. Maarten Blokland	31.59.51	25-05-2006	Vught
3. Paul Koenis	32.49.0	28-06-98	Hapert

15 Kilometer.

1. Joost Blokland	50.21	17-03-2001	Reeuwijk
2. Paul Koenis	51.47.0	11.11.96	Zoetermeer
3. Paul Verkley	57.22	16-03-91	Reeuwijk
4. Perry v. Niekerk	58.14	17-03-79	Reeuwijk

10 E.M.

1. Paul Koenis	54.52.0	07-12-97	Brielle
----------------	---------	----------	---------

Halve Marathon.

1. Paul Koenis	1.14.36	20-12-97	Zoeterwoude
----------------	---------	----------	-------------

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens A.

110 Meter horden.

1. Pim Jehee	14.99 sec.	08-07-2007	Utrecht
2. Alan Diddens	15.33 sec.	13-05-2010	Gouda
3. Brendan Troost	15.56 sec.	09-06-2003	Lisse
4. Miguèl v. Schoonhoven	15.6 s.(15.84ET)	19-06-88	Lisse
5. Quinten Izeboud	16.12 sec.	24-05-87	Dordrecht
6. Andre v. Boxmeer	16.3 s.(16.54ET)	01-05-88	Hilversum
7. Steven Lans	16.64 sec.	28-04-91	Rotterdam
8. Martijn Delissen	16.9 s.(17.14ET)	24-09-95	Gouda
9. Alex v.d Nol	17.16 sec.	28-08-88	Den Haag
10. Frank Knoester	17.2 s.(17.34ET)	23-06-91	Den Haag
Laurens v. Putten	17.2 sec.	07-07-96	Schoonhoven

400 Meter horden.

1. Pim Jehee	56.10 sec.	06-07-2007	Utrecht
2. Brendan Troost	57.12 sec.	25-06-2003	Lisse
3. Alex v.d Nol	61.6 s.(61.74ET)	07-08-88	Hilversum
4. John de Heer	66.0 s.(66.14ET)	20-05-79	Den Haag
5. Frans Leys	66.1 s.(66.24ET)	1975	

2000 Meter hindernis.

1. Perry v. Niekerk	6.57.6	11-08-79	Den Haag
2. Alex v.d. Nol	7.11.2	11-10-87	Zoetermeer
3. John de Heer	7.40.7	15-10-78	Zoetermeer

3000 Meter hindernis.

1. Joost Blokland	9.15.8	29-08-2001	Hengelo
2. Antonie Wong	11.04.63	17-04-2009	Drachten

Verspringen.

1. Martijn Delissen	7.01 M.	19-06-94	Leiden
2. Laurens v. Putten	6.67 M.	21-06-96	Hoorn
3. Quinten Izeboud	6.60 M.	08-05-88	Amersfoort
4. Roland van Zuilen	6.56 M.	10-05-2009	Heerhugowaard
5. Roben Popkema	6.43 M.	01-04-2007	Gouda
6. Pim Jehee	6.40 M.	17-05-2007	Sittard
7. Miguèl v. Schoonhoven	6.38 M.	13-05-89	Zwolle
8. Alex v.d. Nol	6.32 M.	30-04-88	Hilversum
9. Jaco Hodzelmans	6.26 M.	08-10-89	Zoetermeer
10. Eggobert Smid	6.23 M.	19-08-84	Den Haag

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens A.

Hoogspringen.

1. Miguèl v. Schoonhoven	1.95 M.	11-06-88	Utrecht
2. Roland van Zuilen	1.92 M.	20-08-2010	Gouda
3. Andre v. Boxmeer	1.90 M.	24-05-87	Dordrecht
Martijn Delissen	1.90 M.	28-05-95	Barendrecht
Simon Bliet	1.90 M.	20-06-2010	
6. Alex v.d. Nol	1.88 M.	04-07-87	Schoonhoven
7. Jan Kees Broer	1.85 M.	08-06-80	Utrecht
Frank Knoester	1.85 M.	12-05-91	Zierikzee
9. Edward v.d. Water	1.80 M.	16-04-88	Gouda
Krijn Dietz	1.80 M.	21-04-96	Haarlem
Peter-Paul Houtman	1.80 M.	21-06-98	Uden
Brendan Troost	1.80 M.	06-07-2002	Schoonhoven
Pim Jehee	1.80 M.	17-05-2007	Sittard

Polstokhoogspringen.

1. Alex v. Zutphen	4.03 M.	08-08-97	Utrecht
2. Pim Jehee	4.00 M.	06-05-2007	Den Haag
3. Andre v. Boxmeer	3.80 M.	11-10-87	Zoetermeer
4. Miguèl v. Schoonhoven	3.70 M.	14-05-89	Zwolle
5. Edward v.d. Water	3.40 M.	16-08-87	Schoonhoven
Brendan Troost	3.40 M.	14-07-2002	Amsterdam
7. Alex v.d. Nol	3.30 M.	03-07-87	Schoonhoven
8. Jan Kees Broer	3.10 M.	04-05-80	Leiden
9. Michel v.d. Nol	3.00 M.	22-05-90	Gouda
Tjalle Boorsma	3.00 M.	28-09-2003	Gouda
Jorrit Dekker	3.00 M.	28-09-2003	Gouda

Hinkstapspringen.

1. Martijn Delissen	14.05 M.	23-06-95	Sittard
2. Alex v.d. Nol	13.76 M.	12-05-88	Rotterdam
3. Miguèl v. Schoonhoven	13.28 M.	15-07-88	Schoonhoven
4. Brendan Troost	13.04 M.	25-06-2003	Lisse
5. Quinten Izeboud	12.94 M.	16-04-88	Gouda
6. Roben Popkema	12.84 M.	23-09-2007	Zoetermeer
7. Erich Ehlert	12.79 M.	28-04-91	Rotterdam
8. Jan Kees Broer	12.58 M.	03-05-80	Leiden
9. Andre v. Boxmeer	12.24 M.	16-04-88	Gouda
10. Frank Knoester	12.22 M.	21-04-91	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens A.

Kogelstoten.

1. Roland van Zuilen	16.61 M.	26-06-2010	Zwolle
2. Joop Kleiweg	13.92 M.	24-09-67	Rotterdam
3. Andre v. Boxmeer	12.93 M.	20-04-88	Hilversum
4. Camiel Bouwens	12.92 M.	12-05-92	Gouda
5. Mario Alblas	12.78 M.	20-07-88	Leiden
6. Marc de Groot	12.71 M.	21-04-90	Gouda
7. Alex v.d. Nol	12.45 M.	25-06-88	Utrecht
8. Frank Broer	12.17 M.	10-09-80	Rotterdam
9. Michel v.d. Nol	12.16 M.	28-04-91	Rotterdam
10. Niels Bakker	11.98 M.	11-05-2007	Gouda

Kogelslingeren.

1. Alex v. Zutphen	26.66 M.	19-04-97	Boskoop
2. Peter-Paul Houtman	21.61 M.	21-06-98	Uden
3. Andre v. Boxmeer	19.74 M.	17-08-88	Gloucester(ENG)
4. Frank van Leeuwen	16.95 M.	21-06-2002	Utrecht
5. Nils Rietveld	14.98 M.	20-06-98	Boskoop
6. Kees Lek	14.58 M.	27-07-80	Gloucester(ENG)

Discuswerpen.

1. Roland van Zuilen	53.39 M.	26-06-2010	Zwolle
2. Alex v.d. Nol	42.98 M.	19-06-88	Lisse
3. Niels Bakker	40.47 M.	07-07-2007	Utrecht
4. Andre v. Boxmeer	39.22 M.	01-05-88	Hilversum
5. Mario Alblas	38.48 M.	17-08-90	Utrecht
6. Marc de Groot	36.86 M.	29-04-90	Santpoort/Noord
7. Camiel Bouwens	35.14 M.	12-04-92	Gouda
8. Jan Vooy	34.55 M.	19-06-60	Gouda
9. Joop Kleiweg	33.35 M.	1966	
10. Alex v. Zutphen	33.00 M.	07-07-96	Schoonhoven

Speerwerpen.

1. Andre v. Boxmeer	50.58 M.	25-09-88	Gouda
2. Alex v.d. Nol	48.34 M.	23-05-88	Utrecht
3. Mario Alblas	46.14 M.	24-06-90	Lisse
4. Roland van Zuilen	44.73 M.	05-04-2009	Gouda
5. Quinten Izeboud	44.48 M.	05-06-87	Schoonhoven
6. Camiel Bouwens	43.88 M.	12-05-92	Gouda
7. Ido de Jong	43.26 M.	28-04-91	Rotterdam
8. Wesley Schoonderwoerd	43.21 M.	12-06-2009	Gouda
9. Jan Kees Broer	42.64 M.	11-05-80	Alphen a/d Rijn
10. Rowdy Huizer	42.24 M.	21-05-91	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Jongens A.

10-kamp.

1. Miguèl v. Schoonhoven	6109 pnt.	14-05-89	Zwolle
2. Pim Jehee	6029 pnt.	25-08-2006	Amersfoort
3. Alex v.d. Nol	5734 pnt.	02-07-88	Schoonhoven
4. Andre v. Boxmeer	5714 pnt.	01-05-88	Hilversum
5. Quinten Izeboud	5641 pnt.	05-07-87	Schoonhoven
6. Mario Alblas	5328 pnt.	30-09-90	Gouda
7. Jan Kees Broer	5262 pnt.	21-09-80	Den Haag
8. Michel v.d. Nol	5223 pnt.	30-09-90	Gouda
9. Alex van Zutphen	5159 pnt.	28-09-97	Gouda
10. Brendan Troost	5024 pnt.	30-09-2002	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

100 Yards.

1. Cees Jansen	10.3 sec.	02-07-50	Gouda
----------------	-----------	----------	-------

100 Meter.

1. Remko van Gageldonk	10.83 sec.	04-07-99	Oordegem (B)
2. Wim Schuling	10.6 s.(10.84ET)	10-04-99	Gouda - (wv*)
3. Pim Jehee	11.13 sec.	23-05-2010	Emmeloord
4. Dries Jansen	11.1 s.(11.34ET)	16-07-50	Rotterdam
Cees Jansen	11.1 sec.	21-07-48	Den Haag
Erich Ehlert	11.1 sec.	19-06-94	Leiden - (wv*)
7. Piet Licht	11.2 s.(11.44ET)	1961	
Marc de Groot	11.2 sec.	07-04-91	Rotterdam
9. Roben Popkema	11.47 sec.	17-05-2009	Drachten
10. Jan Vooy	11.3 s.(11.54ET)	1961	
Renier Walthie	11.3 sec.	1955	
Roy Ovink	11.3 sec.	01-09-2000	Gouda
13. Joop Kleiweg	11.4 s.(11.64ET)	1966	
Quinten Izeboud	11.4 sec.	07-04-91	Rotterdam
Miguèl v. Schoonhoven	11.4 sec.	07-04-91	Rotterdam
Jaco Hodzelmans	11.4 sec.	07-04-91	Rotterdam
Alex van Zutphen	11.4 sec.	29-09-2001	Gouda

200 Meter.

1. Remko van Gageldonk	21.46 sec.	04-07-99	Oordegem (B)
2. Wim Schuling	21.71 sec.	06-07-97	Emmeloord
3. Pim Jehee	22.58 sec.	09-05-2010	Heerhugowaard
4. Roben Popema	22.95 sec.	19-09-2010	Naaldwijk
5. Dries Jansen	22.8 s.(23.04ET)	21-07-51	Amsterdam
Cees Jansen	22.8 sec.	07-08-48	Amsterdam
7. Marc de Groot	22.9 s.(23.14ET)	12-06-91	Rotterdam
8. Alex van Zutphen	23.0 s.(23.24ET)	13-04-2003	Gouda
9. Piet Licht	23.1 s.(23.34ET)	1957	
Wouter Hazebroek	23.1 sec.	04-05-91	Alphen a/d Rijn
11. Wim de Vries	23.3 s.(23.54ET)	1957	
Roy Ovink	23.3 sec.	01-09-2000	Gouda
13. Quinten Izeboud	23.6 s.(23.84ET)	21-04-91	Gouda
Jaco Hodzelmans	23.6 sec.	15-09-96	Gouda
15. Miguèl v. Schoonhoven	23.7 s.(23.94ET)	21-04-91	Gouda
Michel Ehlert	23.7 sec.	21-06-96	Nieuwegein

(wv*) = windvoordeel geen record

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

300 Meter.

1. Eggobert Smid	39.39 sec.	20-08-89	Utrecht
2. Wilco de Vries	39.79 sec.	20-08-89	Utrecht
3. Rudi Raau	41.42 sec.	03-05-91	Utrecht
4. Andre v. Boxmeer	41.6 s.(41.84ET)	03-06-89	Schoonhoven

400 Meter.

1. Pim Jehee	49.53 sec.	30-05-2009	Barendrecht
2. Wim Schuling	49.54 sec.	21-06-98	Uden
3. Remco v. Gageldonk	49.82 sec.	05-06-99	Oordegem (B)
4. Jorrit v.d. Wiel	51.20 sec.	08-06-2008	Helmond
5. Wim de Vries	51.2 s.(51.34ET)	06-10-57	Rotterdam
6. Wilco de Vries	51.3 s.(51.44ET)	17-06-90	Leiden
7. Frans Leys	51.5 s.(51.64ET)	22-09-79	Alphen a/d Rijn
Bart de Kort	51.5 sec.	09-06-96	Rotterdam
8. Alex van Zutphen	51.69 sec.	24-05-2003	Apeldoorn
10. Jaco Hodzelmans	51.93 sec.	21-09-97	Grootebroek
11. Roy Ovink	51.8 s.(51.94ET)	01-09-2000	Gouda
12. Andre de Vries	51.9 s.(52.04ET)	20-05-90	Zoetermeer
13. Piet Licht	52.0 s.(52.14ET)	1958	
14. Rob Zuidwijk	52.1 s.(52.24ET)	25-05-86	Alphen a/d Rijn
15. Jan Boon	52.2 s.(52.34ET)	03-06-84	Utrecht

800 Meter.

1. Paul Verkley	1.53.95	30-06-96	Amsterdam
2. Robert Ton	1.57.46	22-04-2007	Delft
3. Cosmo van Berkel	1.57.54	25-04-2010	Santpoort
4. Robert de Smet	1.57.8	02-06-73	Arnhem
5. Piet Licht	1.58.1	1958	
6. Saïd Serifi Kanfaoui	1.58.23	16-05-98	Hoorn
7. Herman Couperus	1.59.14	09-05-99	Amstelveen
8. Jan Zijderlaan	1.59.3	1961	
9. Joop Kooiman	1.59.7	1961	
10. Rob Zuidwijk	1.59.9	27-09-86	Gouda
11. Jorrit v.d. Wiel	2.00.15	27-06-2008	Utrecht
12. Andre v.d. Vliert	2.00.42	16-07-93	Haarlem
13. Hans v.d. Water	2.00.9	22-06-80	Den Haag
14. Theo Boere	2.01.0	1967	
15. Louie Jansen	2.01.4	1961	

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

1000 Meter.

1. Saïd Serifi Kanfaoui	2.31.17	02-05-98	Lisse
2. Jan Zijderlaan	2.35.6	26-07-61	Utrecht
3. Robert de Smet	2.35.9	1971	
4. Michel Bik	2.38.0	20-06-91	Leiden
5. Andre v.d. Vliert	2.38.67	23-07-93	Utrecht
6. Rob Zuidwijk	2.38.8	27-09-87	Gouda
7. Jaco Pronk	2.42.7	21-05-91	Gouda
8. Cor Mikkers	2.43.9	1972	
Hans v.d. Water	2.43.9	12-08-83	Den Haag
10. Thomas Stolk	2.45.5	1957	
11. Wim Duits	2.46.6	1961	
Marcel v. Uunen	2.46.6	28-09-86	Gouda
13. Hans Helmond	2.46.9	1972	
14. Rodney Dirksz	2.47.3	19-08-90	Gouda
15. Rob Blesgraaf	2.47.9	20-06-91	Leiden

1500 Meter.

1. Paul Verkley	3.47.45	30-05-98	Duffel (Belgie)
2. Saïd Serifi Kanfaoui	3.53.41	16-06-2000	Gorinchem
3. Robert Ton	3.54.76	23-05-2007	Nijmegen
4. Joost Blokland	3.54.77	09-05-2002	Gouda
5. Jan Zijderlaan	3.59.8	24-09-61	Amsterdam
Robert de Smet	3.59.8	14-06-74	Arnhem
7. Joop Kooiman	4.05.0	1961	
8. Theo Boere	4.06.6	1967	
9. Jan Vergeer	4.09.0	1959	
10. Michel Bik	4.09.3	10-08-89	Alphen a/d Rijn
11. Owen Vergeer	4.09.4	21-05-95	Leiden
12. Svenno Hylkema	4.10.03	21-09-97	Grootebroek
13. Adrie Mulder	4.10.6	1966	
14. Maarten Blokland	4.11.36	20-05-2007	Krommenie
15. Hans v.d. Water	4.11.7	20-60-82	Utrecht

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

1 Engelse mijl.

1. Paul Verkley	4.12.09	15-09-96	Sliedrecht
2. Jan Zijderlaan	4.26.5	09-10-68	Rotterdam
3. Michel Bik	4.37.6	05-06-91	Den Haag
4. Louie Jansen	4.41.1	1958	
5. Thomas Stolk	4.41.8	1961	
6. Rob Zuidwijk	4.45.3	12-05-87	Gouda
7. Jaco Hodzelmans	4.45.60	09-05-99	Amstelveen
8. Theo Boere	4.48.4	1966	
9. Arno de Vlaming	4.52.0	25-08-92	Gouda
10. Jaco Pronk	4.53.4	20-08-91	Gouda
11. Rob Blesgraaf	4.56.9	20-08-91	Gouda
12. Nico Smits	5.02.1	20-08-91	Gouda
13. Koert Velders	5.08.0	10-04-99	Gouda
14. Cees Vooy	5.09.0	1961	

2000 Meter.

1. Joost Blokland	5.25.00	07-04-2002	Alphen a/d Rijn
2. Saïd Serifi Kanfaoui	5.26.22	06-06-99	
3. Michel Bik	5.45.03	03-08-90	Krommenie
4. Louie Jansen	6.03.6	26-07-61	Utrecht
5. Rinie v. Vliet	6.07.7	03-09-86	Rotterdam
6. Jan Gouka	6.14.5	03-09-86	Rotterdam
7. Jan Revet	6.22.0	1961	
8. Floor Verdouw	6.24.4	1961	
9. Richard Berlijn	6.28.6	18-04-82	Dordrecht
10. Michel Vianen	6.30.8	18-04-82	Dordrecht

3000 Meter.

1. Joost Blokland	8.15.48	03-07-2004	Uden
2. Paul Verkley	8.16.40	02-05-98	Lisse
3. Saïd Serifi Kanfaoui	8.23.16	16-05-2005	Vught
4. Robert Ton	8.25.20	05-05-2007	Lisse
5. Jan Zijderlaan	8.26.6	05-10-66	Amsterdam
6. Robert de Smet	8.30.2	04-07-73	Rotterdam
7. Herman Couperus	8.44.7	30-06-99	Zoetermeer
8. Jan Vergeer	8.52.5	1959	
9. Joop Kooiman	8.58.4	1961	
10. Adrie Mulder	8.59.6	1967	
11. Thomas Stolk	9.00.6	1959	
12. Michel Bik	9.02.0	13-09-90	Den Haag
13. Wim van Wijk	9.06.0	1962	
Theo Boere	9.06.0	1966	
15. Svenno Hylkema	9.06.5	23-07-92	Alphen a/d Rijn

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

2 Engelse mijl.

1. Thomas Stolk	10.00.0	24-06-62	Gouda
2. Wim van Wijk	10.11.8	1962	
3. Adrie Mulder	10.29.2	1966	
4. Cees v.d. Pool	10.31.0	1966	
5. Cor Peterse	10.46.0	1962	
6. Henk de Vries	11.33.4	1966	

3 Engelse mijl.

1. Robert de Smet	15.33.4	13-08-75	Alphen a/d Rijn
2. Wim van Wijk	15.54.0	1961	
3. Henk de Vries	17.06.4	13-08-75	Alphen a/d Rijn

5000 Meter.

1. Saïd Serifi Kanfaoui	14.36.21	24-06-2005	Uden
2. Jan Zijderlaan	14.42.2	24-08-66	Amsterdam
3. Robert Ton	14.45.83	15-06-2005	Apeldoorn
4. Paul Verkley	14.49.34	08-09-96	Alphen a/d Rijn
5. Joost Blokland	14.51.13	24-04-2004	
6. Herman Couperus	15.08.66	06-08-99	Utrecht
7. Robert de Smet	15.13.8	12-09-73	Utrecht
8. Joop Kooiman	15.34.5	1961	
9. Gustav Ombouma	15.35.80	24-04-2004	
10. Svenno Hylkema	15.38.13	04-07-97	Rotterdam
11. Bert Koppendraaier	15.38.9	29-05-88	Leiden
12. Thomas Stolk	15.43.8	1958	
13. Michel Bik	15.57.9	05-07-90	Alphen a/d Rijn
14. Wim van Wijk	16.02.0	1961	
15. Gerrit van Rotterdam	16.02.1	21-05-95	Leiden

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

10 Kilometer.

1. Saïd Serifi Kanfaoui	29.36.2	14-09-2001	Gouda
2. Herman Couperus	30.52	16-05-99	Delft
3. Jan Zijderlaan	31.12.0	10-11-68	Dordrecht
4. Paul Verkley	31.43	08-09-2000	Gouda
5. Bert Koppendraaier	32.14.0	20-09-86	Papendrecht
6. Svenno Hylkema	32.43	28-09-97	Zoetermeer
7. Sandor Bron	32.46	01-04-2001	Dordrecht
8. Thomas Stolk	32.55.0	1960	
9. Gerrit v. Rotterdam	33.10.0	08-01-94	Oud-Beyerland
10. Ruud v.d. Garde	33.46	13-09-96	Gouda
11. Frans Rietveld	33.48.6	1972	
12. Jan Vergeer	33.50.2	1966	
13. Martin Lexmond	33.56.1	08-04-84	Rotterdam
14. Arjan de Jong	33.58	21-10-95	Waddinxveen
15. Hanno Zeelenberg	33.58.1	23-09-97	Gouda

15 Kilometer.

1. Saïd Serifi Kanfaoui	45.48	11-06-2005	Maasdijk
2. Herman Couperus	47.46	19-03-2000	Culemborg
3. Bert Koppendraaier	47.47	06-05-89	Zwijndrecht
4. Thomas Stolk	48.03	1958	
5. Sandor Bron	50.36	10-05-2003	
6. Gustave Ngoye Ombouma	50.46	28-08-2004	Schoonhoven
7. Robert de Smet	50.55	03-11-74	Utrecht
8. Martin Lexmond	51.11	11-11-74	Zoetermeer
9. Gerard Smits	51.28	06-11-83	Zoetermeer
10. Hans Veerman	51.56	04-04-87	Papendrecht
11. Frans Rietveld	51.58	30-09-73	Utrecht
12. Cor Peterse	52.14	1963	
13. Adrie Mulder	52.27	1967	
14. Rinie v. Vliet	52.30	02-11-86	Zoetermeer
15. Dirk-Jan Wismeyer	52.52	18-03-89	Reeuwijk

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

10 Engelse mijl.

1. Saïd Serifi Kanfaoui	50.08	09-10-99	Sliedrecht
2. Bert Koppendraaier	52.10	02-07-88	Gorinchem
3. Herman Couperus	52.35	09-10-99	Sliedrecht
4. Robert de Smet	53.51	21-09-74	Utrecht
5. Gerrit v. Rotterdam	54.24	29-05-94	??
6. Sandor Bron	55.24	03-12-2000	Brielle
7. Frans Rietveld	55.29	13-10-73	Alblasserdam
8. Jan Vergeer	55.36	1970	
9. Thomas Stolk	55.52	1968	
10. Adrie Mulder	56.05	1967	
11. Bert Geers	56.47	08-10-77	
12. Hans Jansen	57.20	11-10-86	Barendrecht
13. Gerard Smits	57.39	06-02-83	Amsterdam
14. Leo Vergeer	57.57	1971	
15. Cees van Rij	58.33	16-12-84	Rotterdam

Uurloop.

1. Jan Zijderlaan	17.985,65 M.	22-10-68	Rotterdam
2. Thomas Stolk	17.417,83 M.	1959	
3. Cor Peterse	17.325,00 M.	1960	
4. Sandor Bron	17.222,00 M.	08-04-2001	Gouda
5. Jan Vergeer	17.075,13 M.	1970	
6. Bert Geers	16.499,20 M.	21-07-78	Vlissingen
7. Meewus Burger	16.439,15 M.	1958	
8. Hans Helmond	16.348,43 M.	15-10-72	Rotterdam
9. Henk de Vries	16.213,38 M.	15-10-72	Rotterdam
10. Wim van Wijk	16.066,20 M.	1960	
11. Koos Sloof	15.016,76 M.	1965	
12. Leo v.d. Molen	14.032,50 M.	28-08-77	

20 Kilometer.

1. Saïd Serifi Kanfaoui	1.03.09	07-03-2004	Alphen a/d Rijn
2. Bert Koppendraaier	1.05.28	10-09-88	Nieuwegein
3. Herman Couperus	1.05.34	06-03-99	Dordrecht
4. Gerrit v. Rotterdam	1.08.56	05-03-94	Dordrecht
5. Gerard Smits	1.09.11	24-04-83	Hilversum
6. Leo Vergeer	1.09.29	1971	
7. Thomas Stolk	1.09.37	1968	
Hans Veerman	1.09.37	14-03-87	Alphen a/d Rijn
9. Dirk-Jan Wismeyer	1.10.33	11-03-89	Alphen a/d Rijn
10. Hans Jansen	1.10.36	08-03-86	Alphen a/d Rijn
11. Rinie v. Vliet	1.10.45	08-03-86	Alphen a/d Rijn
12. Jan Vergeer	1.10.57	1970	
13. Bert Geers	1.11.00	19-11-77	
14. Cor Peterse	1.11.17	1962	
15. Gabriel Timmermans	1.11.19	09-03-85	Alphen a/d Rijn

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

Halve Marathon. (vanaf 1-1-85 officieel nummer)

1. Saïd Serifi Kanfaoui	1.05.18	03-03-2002	Drunen
2. Bert Koppendraaier	1.09.16	21-05-88	Ridderkerk
3. Herman Couperus	1.09.50	06-02-2000	Gouda
4. Sandor Bron	1.11.46	04-02-2001	Gouda
5. Paul Koenis	1.12.36	07-02-99	Gouda
6. Gerrit van Rotterdam	1.12.44	12-02-95	Gouda
7. Hans Veerman	1.13.24	08-11-86	Aalsmeer
8. Bernard Disselborg	1.14.47	28-03-92	Den Haag
9. Hans Jansen	1.16.12	13-04-85	Maassluis
10. Jan Anne Smid	1.16.31	06-02-2000	Gouda
11. Jan Gouka	1.16.57	13-02-94	Gouda
12. Hanno Zeelenberg	1.17.02	16-02-97	Gouda
13. Wim Konincks	1.17.13	23-03-91	Den Haag
14. Hans v.d. Hoek	1.17.16	13-04-85	Maassluis
15. Dirk-Jan Wismeyer	1.17.51	26-03-88	Den Haag

25 Kilometer.

1. Bert Koppendraaier	1.23.27	01-06-91	Brielle
2. Gerard Smits	1.26.34	11-06-83	Lisse
3. Thomas Stolk	1.28.40	26-09-69	Eersel
4. Leo Vergeer	1.28.58	1971	
5. Bert Geers	1.32.56	12-06-82	Lisse
6. Meewus Burger	1.33.09	1960	
7. Henk de Vries	1.34.37	??-06-76	Lisse
8. Cor Peterse	1.35.15	1962	
9. Jan Vergeer	1.35.17	20-06-81	Lisse
10. Cees van Rij	1.36.26	19-01-86	Vleuten
11. Rinie v. Vliet	1.36.34	19-01-86	Vleuten
12. Leo v.d. Molen	1.37.50	03-07-82	Eersel
13. Wim van Wijk	1.43.58	1961	
14. Rein Geers	1.44.12	16-06-84	Lisse
15. Koos Sloof	1.45.44	1971	
Jos Vergeer	1.45.44	11-06-83	Lisse

100 kilometer.

1. Wim v. Renen	10.02.30	21-06-91	Turnhout(België)
2. Rein Geers	10.44.04	21-06-91	Turnhout(België)

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

30 Kilometer.

1. Saïd Serifi Kanfaoui	1.35.44	20-02-2000	Schoorl
2. Bert Koppendraaier	1.44.22	13-07-87	Rotterdam
3. Leo Vergeer	1.47.52	09-05-71	Krommenie
4. Thomas Stolk	1.50.58	1967	
5. Hans Veerman	1.51.13	08-03-87	Zaandam
6. Gerard Smits	1.53.00	29-10-83	Dordrecht
7. Rinie v. Vliet	1.59.17	14-06-86	Oud-Beyerland
8. Frans Olijve	2.01.19	11-10-92	Dordrecht
9. Henk de Vries	2.01.33	06-05-73	Krommenie
10. Jan Gouka	2.03.36	08-10-95	Dordrecht
11. Leo v.d. Molen	2.05.40	19-06-82	Aalten
12. Raymond Bouwman	2.06.02	18-02-96	Schoorl
13. Detlev König	2.08.06	17-03-91	Schoorl
14. Frank Rommens	2.09.00	17-03-91	Schoorl
15. Wim v. Renen	2.11.32	18-03-90	Schoorl

Marathon.

1. Saïd Serifi Kanfaoui	2.21.53	05-05-2002	Almere
2. Gerrit van Rotterdam	2.30.45	19-02-95	Schoorl
3. Bert Koppendraaier	2.32.45	18-04-93	Rotterdam
4. Gerard Smits	2.33.17	13-04-85	Maassluis
5. Hans Veerman	2.38.57	11-04-87	Maassluis
6. Wim Konincks	2.41.34	29-09-91	Berlijn
7. Rinie v. Vliet	2.47.52	19-04-86	Rotterdam
8. Hans Jansen	2.49.28	19-04-86	Rotterdam
9. Jan Gouka	2.50.04	18-04-93	Rotterdam
10. Cees v. Rij	2.50.28	14-04-84	Rotterdam
11. Hans v.d. Hoek	2.50.38	18-04-87	Rotterdam
12. Dirk-Jan Wismeyer	2.51.33	16-04-89	Rotterdam
13. Thomas Stolk	2.51.37	31-08-68	Leeuwarden
14. Bert Geers	2.55.04	17-04-83	Utrecht
15. Gabriel Timmermans	2.56.02	19-04-86	Rotterdam

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

110 Meter horden.

1. Pim Jehee	15.31 sec.	06-06-2010	Hoorn
2. Quinten Izeboud	15.6 s.(15.84ET)	08-07-90	Leiden
Miguèl v. Schoonhoven	15.6 sec.	19-06-94	Leiden
4. Alex van Zutphen	15.98 sec.	03-06-2007	Heiloo
5. Patrick Ehlert	16.05 sec.	04-05-2002	Gent
6. Michiel Heerema	16.08 sec.	25-05-2002	Emmeloord
7. Michel Ehlert	16.2 s.(16.44ET)	15-09-96	Gouda
8. Brendan Troost	16.4 s.(16.64ET)	03-10-2004	Gouda
9. Andre v. Boxmeer	16.9 s.(17.14ET)	17-06-90	Leiden
10. Martijn Delissen	17.16 sec.	15-05-94	Lisse
11. John de Heer	17.2 s.(17.44ET)	16-05-82	Amstelveen
12. Donny Spoel	17.91 sec.	21-08-2005	Amersfoort
13. Alex v.d. Nol	17.7 s.(17.94ET)	05-05-91	Gouda
Manuel v. Schoonhoven	17.7 sec.	04-07-98	Schoonhoven
15. Henny Berckenkamp	18.4 s.(18.64ET)	1957	
Frank Broer	18.4 sec.	25-08-84	Vlissingen

200 Meter horden.

1. Quinten Izeboud	26.6 s.(26.84ET)	20-09-89	Leiden
2. Patrick Ehlert	27.65 sec.	04-09-2002	Leiden
3. Aart Slingerland	28.2 s.(28.44ET)	19-05-57	Rotterdam
4. Andre v. Boxmeer	28.4 s.(28.64ET)	20-09-89	Leiden
5. Henny Berckenkamp	29.9 s.(30.14ET)	1957	
Cor Mikkers	29.9 sec.	1972	
7. Jan Vermeulen	31.1 s.(31.34ET)	1972	

400 Meter horden.

1. Pim Jehee	54.13 sec.	19-09-2010	Naaldwijk
2. Remco v. Gageldonk	55.70 sec.	13-06-98	Leiden
3. Brendan Troost	57.51 sec.	10-07-2004	Utrecht
4. Alex van Zutphen	59.37 sec.	18-05-2008	Uden
5. Manuel v. Schoonhoven	59.56 sec.	21-06-98	Uden
6. Aart Slingerland	60.0 s.(60.14ET)	23-08-59	Rotterdam
7. Alex v.d. Nol	61.2 s.(61.34ET)	21-05-91	Apeldoorn
8. Patrick Ehlert	62.57 sec.	24-04-2004	
9. Frank Broer	63.0 s.(63.14ET)	17-05-84	Leiden
10. Henny Berckenkamp	64.2 s.(64.44ET)	1957	
11. John de Heer	64.5 s.(64.64ET)	18-05-83	Reeuwijk
12. Rudi Raau	70.3 s.(70.44ET)	14-08-90	Vlaardingen

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

3000 Meter hindernis.

1. Joost Blokland	8.40.50	20-06-2004	Wydgoszcz (Polen)
2. Robert Ton	9.18.10	20-05-2007	Krommenie
3. Jan Zijderlaan	9.47.0	14-10-62	Den Haag
4. Adrie Mulder	9.56.2	1967	
5. Adrie Hordijk	10.28.0	1972	
6. Cosmo van Berkel	10.33.29	09-05-2010	Heerhugowaard
7. Thomas Stolk	10.50.0	1955	
8. Meewus Burger	10.51.4	1958	
9. Antonie Wong	10.59.01	19-09-2010	Naaldwijk
10. Jan Vergeer	11.04.8	1972	
11. Wim van Wijk	11.07.0	1954	
12. Cees v.d. Pool	11.18.0	1959	
13. Pim Jehee	11.24.28	18-05-2008	Uden
14. Koos Sloof	11.28.0	1960	
15. Arjan de Jong	11.31.44	21-06-98	Uden

Verspringen.

1. Pim Jehee	7.05 M.	19-09-2010	Naaldwijk
2. Miguèl v. Schoonhoven	6.74 M.	28-09-91	Gouda
Michiel Heerema	6.74 M.	08-04-2001	Gouda
4. Quinten Izeboud	6.72 M.	22-04-90	Zoetermeer
5. Martijn Delissen	6.71 M.	21-09-97	Grootebroek
6. Erich Ehlert	6.60 M.	19-06-94	Leiden
7. Brendan Troost	6.54 M.	23-06-2006	Gouda
8. Alex van Zutphen	6.52 M.	08-04-2001	Gouda
9. Jaco Hodzelmans	6.50 M.	28-09-91	Gouda
10. Joop Kleiweg	6.44 M.	05-06-70	Gouda
Jan Kees Broer	6.44 M.	19-06-83	Alphen a/d Rijn
12. Eggobert Smid	6.21 M.	27-09-86	Gouda
13. Andre v. Boxmeer	6.20 M.	30-09-90	Gouda
14. Henny Berckenkamp	6.11½ M.	1955	
15. Donny Spoel	6.11 M.	03-06-2007	Heiloo

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

Hoogspringen.

1. Andre v. Boxmeer	2.01 M.	10-08-89	Alphen a/d Rijn
2. Quinten Izeboud	1.96 M.	30-09-90	Gouda
3. Miguèl v. Schoonhoven	1.95 M.	20-05-90	Zoetermeer
4. Alex van Zutphen	1.94 M.	29-09-2002	Gouda
5. Pim Jehee	1.90 M.	24-05-2010	Emmeloord
6. Edward v.d. Water	1.86 M.	04-08-90	Gloucester(ENG)
7. Jan Kees Broer	1.85 M.	19-06-83	Alphen a/d Rijn
Michiel Heerema	1.85 M.	02-10-2004	Gouda
Brendan Troost	1.85 M.	01-10-2005	Gouda
10. Frank Broer	1.83 M.	25-08-84	Vlissingen
Manuel v. Schoonhoven	1.83 M.	04-07-98	Schoonhoven
12. Donny Spoel	1.82 M.	06-07-2002	Schoonhoven
13. Niels Bakker	1.81 M.	21-05-2009	Gouda
14. Edwin Luitjes	1.80 M.	25-06-89	Rotterdam
Alex v.d. Nol	1.80 M.	08-04-90	Alphen a/d Rijn
Martijn Delissen	1.80 M.	27-09-97	Gouda

Hinkstapspringen.

1. Martijn Delissen	14.48 M.	27-08-98	Alphen a/d Rijn
2. Michiel Heerema	13.67 M.	04-05-2003	Delft
3. Brendan Troost	13.65 M.	23-06-2006	Gouda
4. Miguèl v. Schoonhoven	13.60 M.	25-08-92	Gouda
5. Alex v.d. Nol	13.53 M.	26-05-91	Lisse
6. Pim Jehee	13.42 M.	21-06-2009	Harderwijk
7. Quinten Izeboud	13.41 M.	01-10-89	Gouda
8. Erich Ehlert	12.83 M.	17-05-92	Dordrecht
9. Andre v. Boxmeer	12.75 M.	01-10-89	Gouda
10. Wijnand Pijnakker	12.64 M.	24-08-68	Gouda
11. Manuel v. Schoonhoven	12.59 M.	15-09-96	Gouda
12. Jaco Hodzelmans	12.34 M.	07-04-91	Rotterdam
13. Piet Licht	12.33 M.	1961	
14. Jan Vermeulen	12.19 M.	1969	
15. Alex van Zutphen	12.11 M.	16-05-2003	Apeldoorn

Kogelslingeren.

1. Alex van Zutphen	30.40 M.	25-04-2010	Santpoort
2. Rene Zorge	30.25 M.	10-05-98	Delft
3. Roland van Zuilen(B)	27.58 M.	27-04-2008	Sittard
4. Niels Bakker	21.16 M.	19-04-2009	Zutphen
5. Andre v. Boxmeer	20.76 M.	20-08-88	Gloucester(ENG)
Peter-Paul Houtman	20.76 M.	09-05-99	Amstelveen
7. Donny Spoel	18.58 M.	20-09-97	Boskoop
8. Marc de Groot	18.04 M.	20-06-98	Boskoop
9. Martijn van Bloois	16.76 M.	20-09-97	Boskoop

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

Polsstokhoogspringen.

1. Alex v. Zutphen	4.80 M.	06-07-2002	Sittard
2. Pim Jehee	4.70 M.	15-05-2010	Lisse
3. Andre v. Boxmeer	4.00 M.	17-09-89	Vlaardingen
Patrick Ehlert	4.00 M.	04-06-2000	Amsterdam
5. Jaco Hodzelmans	3.70 M.	08-05-97	Gouda
6. Edward v.d. Water	3.60 M.	09-09-90	Santpoort/Noord
7. Miguèl v. Schoonhoven	3.40 M.	27-09-92	Gouda
8. Brendan Troost	3.39 M.	08-10-2006	Gouda
9. Henny Berckenkamp	3.34 M.	18-06-68	Leiden
10. Jan Kees Broer	3.20 M.	28-09-86	Gouda
11. Quinten Izeboud	3.10 M.	07-05-89	Hilversum
12. Frank Broer	3.00 M.	26-08-84	Vlissingen
Alex v.d. Nol	3.00 M.	05-05-91	Alphen a/d Rijn
Michiel Heerema	3.00 M.	30-09-2001	Gouda
15. Aad v. Osselen	2.80 M.	10-09-83	Alphen a/d Rijn
Michel Ehlert	2.80 M.	21-05-95	Leiden
Manuel v. Schoonhoven	2.80 M.	28-09-97	Gouda

Kogelstoten.

1. Joop Kleiweg	12.97 M.	29-08-70	Gouda
2. Alex v.d. Nol	12.34 M.	15-08-99	Den Haag
3. Andre v. Boxmeer	12.20 M.	02-07-89	Schoonhoven
4. Cees Vermeulen	11.98 M.	1969	
5. Cees Signer	11.94 M.	1951	
6. Lucas de Haan	11.87 M.	22-06-86	Gorinchem
7. Ronnie Vos	11.82 M.	1968	
8. Alex van Zutphen	11.80 M.	01-05-2005	Delft
9. Marc de Groot	11.78 M.	05-10-97	Zoetermeer
10. Quinten Izeboud	11.25 M.	01-10-89	Gouda
11. Mario Alblas	11.24 M.	21-09-97	Grootebroek
12. Miguèl v. Schoonhoven	11.09 M.	11-05-93	Gouda
13. Niels Bakker	11.07 M.	04-06-2010	Huizen
14. Henny Hofman	11.02 M.	1962	
15. Martijn Delissen	10.92 M.	27-09-97	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

Discuswerpen.

1. Niels Bakker	39.55 M.	21-06-2009	Harderwijk
2. Alex v.d. Nol	38.66 M.	14-05-2000	Delft
3. Andre v. Boxmeer	38.50 M.	20-05-90	Zoetermeer
4. Nico van Leeuwen	38.34 M.	23-07-2003	Leiden
5. Alex van Zutphen	36.95 M.	22-07-2005	Utrecht
6. Rene Zorge	36.36 M.	12-05-91	Zierikzee
7. Lucas de Haan	36.24 M.	27-08-85	Gouda
8. Pim Jehee	35.85 M.	30-05-2009	Barendrecht
9. Michiel Heerema	34.98 M.	08-08-2004	Amsterdam
10. Mario Alblas	34.96 M.	19-08-90	Gouda
11. Frank Broer	34.76 M.	09-08-84	Lisse
12. Wijnand Pijnakker	34.12 M.	14-05-72	Zoetermeer
13. Quinten Izeboud	34.06 M.	05-05-91	Alphen a/d Rijn
14. Camiel Bouwens	33.98 M.	16-05-93	Terneuzen
15. Marc de Groot	33.38 M.	14-04-91	Rotterdam

Speerwerpen.

1. Andre v. Boxmeer	56.74 M.	04-06-90	Vlaardingen
2. Rene Zorge	51.12 M.	09-09-90	Santpoort/Noord
3. Alex v.d. Nol	48.32 M.	01-10-89	Gouda
4. Pim Jehee	48.03 M.	24-05-2010	Emmeloord
5. Ido de Jong	47.58 M.	16-05-93	Terneuzen
6. Miguel van Schoonhoven	46.44 M.	16-05-95	Gouda
7. Camiel Bouwens	46.38 M.	23-06-93	Reeuwijk
8. Alex van Zutphen	45.80 M.	14-05-2009	Naaldwijk
9. Wijnand Pijnakker	45.74 M.	03-10-71	Zoetermeer
10. Quinten Izeboud	45.54 M.	22-05-90	Gouda
11. Henny Berckenkamp	44.93 M.	1961	
12. Jan Kees Broer	44.66 M.	13-05-84	Gorinchem
13. Michiel Heerema	43.79 M.	30-09-2001	Gouda
14. Cees Vermeulen	43.61 M.	1970	
15. Frank Broer	43.54 M.	04-06-86	Schoonhoven

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren.

10-kamp.

1. Pim Jehee	7114 pnt.	24-05-2010	Emmeloord
2. Alex van Zutphen	6441 pnt.	24-05-2003	Apeldoorn
3. Quinten Izeboud	6016 pnt.	30-09-90	Gouda
4. Andre v. Boxmeer	5805 pnt.	17-09-89	Vlaardingen
5. Michiel Heerema	5662 pnt.	30-09-2001	Gouda
6. Miguèl v. Schoonhoven	5657 pnt.	27-09-92	Gouda
7. Alex v.d. Nol	5463 pnt.	05-05-91	Alphen a/d Rijn
8. Frank Broer	5210 pnt.	26-08-84	Vlissingen
9. Manuel van Schoonhoven	5102 pnt.	28-09-97	Gouda
10. Martijn Delissen	5072 pnt.	28-09-97	Gouda
11. Brendan Troost	5024 pnt.	03-10-2004	Gouda
12. Jaco Hodzelmans	4951 pnt.	28-09-97	Gouda
13. Edward v.d. Water	4764 pnt.	07-05-89	Hilversum
14. Donny Spoel	4556 pnt.	30-09-2002	Gouda
15. Niels Bakker	4527 pnt.	05-07-2009	Schoonhoven

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Het bijhouden van de beste prestaties aller tijden van de veteranen is vanaf 1991, wanneer ook de clubrecords voor veteranen erkent zijn.

Heren Veteranen.

100 Meter.

1. Michiel Heerema	11.7 sec.	01-04-2007	Gouda
2. Jan Boon	12.0 sec.	24-09-94	Gouda
3. Rene Verkerke	12.33 sec.ET	13-06-2009	Oosterhout
4. Geert Popkema	12.6 sec.	25-04-99	Waalwijk
5. Hans Braker	13.0 sec.	01-10-2005	Gouda
6. John de Heer	13.4 sec.	29-09-2001	Gouda
7. Koert Velders	14.0 sec.	29-09-2002	Gouda
8. Detlev Konig	14.1 sec.	15-09-96	Gouda
9. Edwin Dikhooff	14.4 sec.	02-10-2004	Gouda
10. Nico Groen	15.4 sec.	26-09-98	Gouda
Bernard Disselborg	15.4 sec.	24-09-2000	Gouda

200 Meter.

1. Michiel Heerema	24.45 sec.ET	31-08-2007	Gouda
2. Jan Boon	24.7 sec.	15-50-92	Gorinchem
3. Rene Verkerke	25.50 sec.ET	21-05-2009	Gouda
4. Geert Popkema	27.00 sec.ET	27-08-98	Alphen a/d Rijn
5. Jaap van Mannekers	27.3 sec.	25-09-99	Gouda
6. Hans Braker	27.7 sec.	02-07-2006	Schoonhoven
7. Koert Velders	28.2 sec.	03-10-2004	Gouda
8. Kees Lupker	29.9 sec.	26-09-98	Gouda
9. Jan Willem Rijke	30.4 sec.	26-09-98	Gouda
10. Nico Groen	31.5 sec.	26-09-98	Gouda

400 Meter.

1. Jan Boon	53.97 sec.ET	26-04-98	Zoetermeer
2. Michiel Heerema	58.12 sec.ET	06-10-2007	Gouda
3. Rene Verkerk	58.27 sec.ET	05-05-2005	Delft
4. Gerrit van Rotterdam	60.7 sec.	17-05-98	Huizen
5. Hans Braker	62.2 sec.	07-10-2006	Gouda
6. Jaap van Mannekes	62.3 sec.	29-09-2001	Gouda
7. Koert Velders	63.2 sec.	28-09-2003	Gouda
8. Bernard Disselborg	63.5 sec.	24-09-2000	Gouda
9. Kees Lupker	63.8 sec.	16-05-99	Leiden
10. Geert Popkema	68.3 sec.	26-09-98	Gouda

3000 Meter Steeple.

1. Raymond Bouwman	11.43.0	01-09-2004	Amersfoort
--------------------	---------	------------	------------

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren Veteranen.

800 Meter.

1. Jan Willem Rijke	2.15.8	17-05-98	Huizen
2. Henk van Zutphen	2.19.22	11-06-2010	Gouda
3. Bernard Disselborg	2.19.6	24-09-2000	Gouda
4. Jaap van Mannekes	2.21.8	25-09-99	Gouda
5. Wim Konincks	2.28.97	16-05-99	Leiden
6. Koert Velders	2.30.2	03-10-2004	Gouda
7. Frans Fafiani	2.33.7	19-04-98	Gouda
8. Rene Verkerke	2.34.43	11-06-2006	Emmen
9. Michiel Heerema	2.35.0	01-04-2007	Gouda
10. Jan Boon	2.38.0	12-04-92	Gouda

1000 Meter.

1. Jaap van Mannekes	3.11.79	15-09-2000	Gorinchem
----------------------	---------	------------	-----------

1500 Meter.

1. Bernard Disselborg	4.47.7	24-09-2000	Gouda
2. Henk van Zutphen	4.50.40	11-06-2010	Gouda
3. Michel Bik	4.52.5	15-06-2007	Schoonhoven
4. Jan Willem Rijke	4.52.8	19-04-98	Gouda
5. Koert Velders	4.54.1	28-09-2003	Gouda
6. Geert Moelker	4.58.51	11-06-2010	Gouda
7. Hans Braker	5.12.5	13-06-2006	Schoonhoven
8. Jan Boon	5.13.2	25-09-94	Gouda
9. Frans Fafiani	5.16.3	17-05-98	Huizen
10. Jelle Buursma	5.29.2	25-09-99	Gouda

3000 Meter.

1. Pascal van Norden	9.22.36	20-08-2010	Gouda
2. Sandor Bron	9.26.47	08-08-2008	Utrecht
3. Bert Koppendraaier	9.47.3	12-05-92	Gouda
4. Jan Smid	9.50.63	13-08-2004	
5. Henk van Zutphen	10.16.50	13-05-2010	Gouda
6. Jan Willem Rijke	10.20.3	10-04-99	Gouda
7. Detlev König	10.23.9	21-05-91	Gouda
8. Raymond Bouwman	10.26.60	05-05-2005	Gouda
9. Michel Bik	10.36.0	17-09-2007	Schoonhoven
10. Arnold Tak	10.38.3	12-05-92	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren Veteranen.

5000 Meter.

1. Gerrit v. Rotterdam	15.59.11	05-05-96	Dordrecht
2. Bert Koppendraaier	16.04.1	05-09-93	Spijkenisse
3. Pascal van Norden	16.11.75	19-09-2010	Naaldwijk
4. Sandor Bron	16.15.90	04-07-2007	Gouda
5. Jan Anne Smid	16.46.71	22-06-2001	Utrecht
6. Wim Konincks	17.19.41	20-10-91	Rotterdam
7. Anton Kool	17.28.22	18-07-2008	Utrecht
8. Aad van Galen	17.30.54	21-07-95	Utrecht
9. Frans Olijve	17.44.5		Zoetermeer
10. Raymond Bouwman	17.47.50	01-07-2005	Utrecht

10 Kilometer.

1. Said Serifi Kanfaoui	31.56	02-01-2010	Hank
2. Bert Koppendraaier	32.35	19-05-96	Delft
3. Farid Bourjila	32.38	06-10-96	Gouda
4. Gerrit v. Rotterdam	33.13	18-11-96	Rotterdam
5. Bernard Disselborg	35.06	24-08-2000	Woerden
6. Wim Konincks	36.15	20-05-93	Gouda
7. Jan Gouka	36.23	14-11-98	Rotterdam
8. Frans Olijve	36.26	08-01-94	Oud-Beyerland
9. Jan Willem Rijke	36.28	19-08-99	Woerden
10. Ries v.d. Berg	36.54.7	08-09-95	Gouda

15 Kilometer.

1. Bert Koppendraaier	48.29	11-05-91	Papendrecht
2. Said Serifi Kanfaoui	48.30	21-03-2009	Reeuwijk
3. Sandor Bron	49.38	12-12-2006	Zoetermeer
4. Farid Bourjila	49.57	26-10-96	Vlaardingen
5. Gerrit van Rotterdam	51.09	28-10-95	Vlaardingen
6. Benard Disselborg	54.34	21-05-2000	Capelle a/d IJssel
7. Jan Willem Rijke	55.36	21-05-2000	Capelle a/d IJssel
8. Wim Konincks	56.00.8	04-09-91	Schoonhoven
9. Auke Leen	56.07	30-10-93	Vlaardingen
10. Jan Gouka	57.11	24-10-98	Vlaardingen

Uurloop

1. Fred Zweere	14.041,00 M.	08-04-2001	Gouda
2. Dick Steijnman	9.600,00 M.	08-04-2001	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren Veteranen.

10 Engelse mijl.

1. Said Serifi Kanfanoui	53.14	02-05-2010	Uithoorn
2. Bert Koppendraaier	53.21	15-06-91	Boskoop
3. Farid Bourjila	54.49	12-10-96	Sliedrecht
4. Gerrit v. Rotterdam	55.04	03-12-95	Oostvoorne
5. Sandor Bron	56.35	02-05-2010	Uithoorn
6. Bernard Disselborg	57.50	03-12-2000	Brielle
7. Jan Willem Rijke	1.00.27	03-12-2000	Brielle
8. Auke Leen	1.01.02	05-12-93	Den Briel
9. Wim Konincks	1.01.13	20-12-92	Den Haag
10. Jan Gouka	1.02.44	30-05-99	Capelle a/d IJssel

20 Kilometer.

1. Bert Koppendraaier	1.05.36	23-03-91	Dordrecht
2. Said Serifi Kanfanoui	1.05.59	08-03-2009	Alphen a/d Rijn
3. Gerrit v. Rotterdam	1.09.05	02-03-96	Dordrecht
4. Jan Gouka	1.15.53	06-03-99	Dordrecht
5. Frans Olijve	1.16.49	05-03-94	Dordrecht
6. Auke Leen	1.17.38	05-03-94	Dordrecht
Jan Willem Rijke	1.17.38	04-03-2000	Dordrecht
8. Detlev König	1.19.39	09-03-91	Alphen a/d Rijn
9. Hans Kramer	1.20.15	09-11-91	Aalsmeer
10. Arnold Tak	1.20.22	07-03-92	Alphen a/d Rijn

Halve Marathon.

1. Said Serifi Kanfaoui	1.09.02	20-12-2008	Dronen
2. Bert Koppendraaier	1.10.58	25-05-91	Hardinxveld-Giessendam
3. Gerrit v. Rotterdam	1.12.44	08-04-96	Barendrecht
4. Bernard Disselborg	1.16.20	06-02-2000	Gouda
5. Wim Konincks	1.17.13	23-03-91	Den Haag
6. Arnold Tak	1.18.14	03-04-93	Den Haag
7. Jan Willem Rijke	1.19.26	06-02-2000	Gouda
8. Frans Olijve	1.20.00	13-02-94	Gouda
9. Jan Gouka	1.20.19	05-04-99	Barendrecht
10. Auke Leen	1.22.08	14-02-93	Gouda

25 Kilometer.

1. Bert Koppendraaier	1.23.27	01-06-91	Brielle
2. Pascal van Norden	1.29.44	13-02-2010	Oud-Beijerland

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren Veteranen.

30 Kilometer.

1. Bert Koppendraaier	1.46.37	09-10-94	Dordrecht
2. Detlev König	2.08.06	17-03-91	Schoorl
3. Jan de Wild	2.11.11	16-02-97	Schoorl
4. Peter Spruit	2.19.34	08-02-2009	Schoorl

Marathon.

1. Bert Koppendraaier	2.32.45	18-04-93	Rotterdam
2. Gerrit van Rotterdam	2.38.06	01-06-97	Almere
3. Wim Konincks	2.41.34	29-09-91	Berlijn
4. Said Serifi Kanfanoui	2.42.34	05-04-2009	Rotterdam
5. Detlev König	2.58.29	05-04-92	Rotterdam
6. Raymond Bouwman	2.59.20	13-04-2009	Utrecht
7. Arnold Tak	2.59.31	18-04-93	Rotterdam
8. Wim v. Renen	3.01.28	05-04-92	Rotterdam
9. Wietse Wissema	3.08.39	21-05-95	Utrecht
10. Nico Groen	3.12.00	20-04-96	Rotterdam

100 Kilometer.

1. Gerrit van Rotterdam	6.53.39	14-09-96	Winschoten
2. Wim v. Renen	10.02.30	21-06-91	Turnhout(belgie)
3. Rein Geers	10.44.04	21-06-91	Turnhout(belgie)
4. Kees Albers	10.59.20	12-09-98	Winschoten

110 Meter horden.

1. Michiel Heerema	15.79 sec.	12-06-2010	Oosterhout
2. John de Heer	20.9 sec.	30-09-2001	Gouda
3. Rene Verkerke	21.9 sec.	08-10-2006	Gouda
4. Edwin Dikhooff	23.4 sec.	03-10-2004	Gouda

400 Meter horden.

1. Michiel Heerema	61.47 sec.	20-05-2007	Krommenie
2. Rene Verkerke	77.58 sec.	28-08-2009	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren Veteranen.

Verspringen.

1. Michiel Heerema	6.42 M.	20-05-2007	Krommenie
2. Geert Popkema	5.27 M.	08-04-2001	Gouda
3. John de Heer	5.20 M.	08-04-2001	Gouda
4. Rene Verkerke	4.79 M.	03-10-2010	Gouda
5. Hans Braker	4.61 M.	02-07-2006	Schoonhoven
6. Edwin Dikhooff	4.45 M.	02-10-2004	Gouda
7. Koert Velders	4.40 M.	29-09-2002	Gouda
8. Jaap van Mannekes	4.18 M.	20-09-2000	Woerden
9. Frank Jutte	4.16 M.	26-04-98	Zoetermeer
10.Cees Vooyo	3.82 M.	09-05-2002	Gouda

Hoogspringen.

1. Michiel Heerema	1.84 M.	06-10-2007	Gouda
2. John de Heer	1.55 M.	04-04-2004	Gouda
3. Geert Popkema	1.50 M.	01-04-2000	Gouda
4. Hans Braker	1.40 M.	07-10-3006	Gouda
5. Hans v.d. Water	1.35 M.	19-04-98	Gouda
Edwin Dikhooff	1.35 M.	02-10-2004	Gouda
Rene Verkerke	1.35 M.	07-10-2006	Gouda
7. Cees Vooyo	1.25 M.	13-04-2003	Gouda

Polsstokhoogspringen.

1. Michiel Heerema	2.80 M.	07-10-2007	Gouda
2. Edwin Dikhooff	2.20 M.	03-10-2004	Gouda
Rene Verkerk	2.20 M.	08-10-2006	Gouda
4. Geert Popkema	2.00 M.	26-09-98	Gouda
5. Rene Verkerke	1.30 M.	03-10-2009	Gouda

Hinkstapspringen

1. Michiel Heerema	13.28 M.	25-05-2007	Gouda
2. Cees Vooyo	9.00 M.	10-06-2001	Dordrecht

Discuswerpen.

1. Michiel Heerema	32.83 M.	28-06-2006	Reeuwijk
2. Cees Vooyo (1 kg)	27.44 M.	13-07-2001	Gouda
3. Hans v.d. Water	25.48 M.	12-04-92	Gouda
4. Hans Braker	24.71 M.	02-07-2006	Schoonhoven
5. Edwin Dikhooff	20.57 M.	03-10-2004	Gouda
6. John de Heer	20.23 M.	30-09-2001	Gouda
7. Rene Verkerke	19.56 M.	08-10-2006	Gouda
8. Koert Velders	18.22 M.	30-09-2002	Gouda
9. Geert Popkema	17.00 M.	26-09-98	Gouda
10.Jan Boon	16.26 M.	25-09-94	Gouda

Beste Prestatielijst ALLER TIJDEN A.V. "Gouda"

Heren Veteranen.

Kogelstoten.

1. Cees Vooyoys (5kg)	11.98 M.	26-04-2003	Schoonhoven
2. Cees Vooyoys (4kg)	11.40 M.	13-05-2004	Nice
3. Michiel Heerema	10.59 M.	07-10-2006	Gouda
4. Jaco Hodzelmans	9.88 M.	01-09-2006	Gouda
5. Hans Braker	8.94 M.	01-10-2005	Gouda
6. John de Heer	8.53 M.	08-04-2001	Gouda
7. Edwin Dikhooff	8.11 M.	02-10-2004	Gouda
8. Jan Boon	7.99 M.	24-09-94	Gouda
9. Hans v.d. Water	7.96 M.	19-04-98	Gouda
10. Geert Popkema	7.76 M.	08-04-2001	Gouda

Speerwerpen.

1. Michiel Heerema	40.50 M.	07-10-2007	Gouda
1. Jan Boon	30.48 M.	25-09-94	Gouda
2. John de Heer	28.13 M.	04-04-2004	Gouda
3. Hans Braker	27.84 M.	02-10-2005	Gouda
4. Hans v/d Water	26.95 M.	16-05-99	Leiden
5. Cees Vooyoys (600 gr)	26.79 M.	30-09-2001	Gouda
Edwin Dikhooff	26.79 M.	03-10-2004	Gouda
7. Frank Jutte	26.19 M.	01-04-2000	Gouda
8. Rene Verkerke	26.05 M.	30-03-2008	Gouda
9. Cees Vooyoys (500 gr)	25.50 M.	12-06-2004	Vught
10. Koert Velders	23.80 M.	30-09-2002	Gouda

5-kamp.

1. Cees Vooyoys	2392 pnt.	13-10-2001	Woerden
2. Hans Braker	2117 pnt.	02-07-2006	Schoonhoven

10-kamp.

1. Michiel Heerema	5289 pnt.	07-10-2007	Gouda
2. Rene Verkerke	3462 pnt.	08-10-2006	Gouda
3. Edwin Dikhooff	2751 pnt.	03-10-2004	Gouda
4. John de Heer	2633 pnt.	30-09-2001	Gouda
5. Hans Braker	2013 pnt.	08-10-2006	Gouda
6. Koert Velders	1869 pnt.	30-09-2002	Gouda

Samenstelling en typewerk : Marianne Groenendijk